

KP

Mad og måltidspædagogiske
tilgange som del af
rehabiliteringsindsatser i
ældreplejen

Redaktører/forfattere:

Vibeke Vines Østergaard, adjunkt, Københavns Professionshøjskole
Lise Justesen, lektor, ph.d., Københavns Professionshøjskole

Udgivet af:

Institut for Sygeplejerske- og Ernæringsuddannelser,
Københavns Professionshøjskole. 1. udgave 2023.

Fotos:

Ane Cecilie Krogh Keldsen, Kosovare Ibrahim, Hans Henrik Sørensen, Lise Justesen

ISBN-nummer:

978-87-93894-51-8

INDHOLD

Indledning	4
Læsevejledning	4
Madprocesser som pædagogisk ramme for rehabilitering	4
Måltidspædagogiske madprocesser	5
Initiativ til at lave en madaktivitet	5
Indkøb og udvælgelse af råvarer	5
Tilberedning og tilberedningsmetodik	5
Anretning, servering og borddækning	5
Værtskab	5
Måltidspædagogiske tilgange som rehabilitering	6
“Signaturretten”	6
Fokus på ”Signaturretten” som måltidspædagogisk tilgang	6
Anvisninger for at understøtte ”Signaturretten”	7
“Måltidet som gave”	7
Fokus på ”Måltidet som gave” som måltidspædagogisk tilgang	7
Anvisninger for at understøtte ”Måltidet som gave”	8
“Det fælles måltid”	8
Fokus på ”Det fælles måltid” - måltidspædagogisk tilgang	9
Anvisninger for at understøtte ”Det fælles måltid”	9
”Sansningens mad”	9
Fokus på ”Sansningens mad” som måltidspædagogisk tilgang	10
Anvisninger for at understøtte ”Sansningens mad”	10
”Mad som erindring”	10
Fokus på ”Mad som erindring” som måltidspædagogisk tilgang	11
Anvisninger for at understøtte ”Maden som erindring”	11
“Mad som beskæftigelse”	11
Fokus på ”Mad som beskæftigelse” som måltidspædagogisk tilgang	12
Anvisninger for at understøtte ”Mad som beskæftigelse”	12
Sådan kommer I i gang	13
Tilgangen først	13
Start i det små	13
Et fælles sprog	13
Tak	14

Indledning

Denne håndbog er en introduktion til, hvordan mad og måltider kan anvendes som ramme for en rehabiliteringsindsats i den kommunale hjemmepleje og på plejehjem. Formålet med en rehabiliteringsindsats er at muliggøre et meningsfuldt liv med bedst mulig aktivitet og deltagelse, mestring både kognitivt, fysisk og socialt og med livskvalitet med den enkelte for øje. Vi ved, at maden og måltidet kan understøtte fællesskaber og relationsdannelse, og at øget aktivitet og funktionsevne øger appetitten og livskvaliteten for ældre personer. Dermed kan maden og måltidet også bidrage til at imødegå underernæring og ensomhed blandt ældre.

Denne håndbog er henvendt til social- og sundhedshjælpere/-assistenter, plejepersonale, sygeplejersker, diætister og andre sundhedsprofessionelle, der arbejder med ældre i hjemmeplejen og på plejehjem, og som ønsker at gøre maden og måltidet til ramme for en rehabiliteringsindsats. Håndbogen er også et første tiltag til at kvalificere et sprog, begreber med tilhørende redskaber i relation til mad og måltidsrelaterede aktiviteter.

Håndbogen præsenterer en række forskellige tilgange til mad og måltider med udgangspunkt i seks personer. En persona er i princippet en fiktiv person, som har bestemte tilgange til mad og måltider. Du vil komme til at møde Azar, som repræsenterer "Signaturretten"; Esther, som repræsenterer "Måltidet som gave"; Agnes, som repræsenterer "Det fælles måltid"; Birthe som repræsenterer "Sansningens mad"; Kirsten, som repræsenterer "Mad som erindring", og til sidst Peter, som repræsenterer "Mad som beskæftigelse".

Håndbogen er udarbejdet ud fra to forsknings- og udviklingsprojekter, hhv. Operation Morgenduft samt Projekt Hjemlighed og med udgangspunkt på Kastanjehaven Plejeboliger på Frederiksberg, og er udviklet i tæt samarbejde med forskere fra Ernærings- og Sundhedsuddannelsen på Københavns Professionshøjskole i perioden 2018-2023.

Læsevejledning

For at få det bedste ud af håndbogen læses først afsnittene; Madprocesser som pædagogisk ramme for rehabilitering og Måltidspædagogiske madprocesser, som danner baggrund for hele opbygningen af de seks tilgange, og for at forstå, hvad hver enkelt madproces indebærer.

Hvis I bare vil gå direkte til handling, kan I læse de seks personer og deres prioriterede mad og måltidsaktiviteter. For hver madproces er der yderligere præsenteret en række anvisninger til at igangsætte disse. Anvisninger har fokus på dialogen, selve praksis og evt. skabelse af fællesskaber.

Slutteligt læses afsnittet om, hvordan I kommer i gang hos jer, hvor man starter, og hvordan man øger ambitionsniveauet, i takt med at I bliver mere fortrolige med tilgangene.

Brugen af personer er kraftfuld, da man hurtigt får en føling med personens værdier og holdninger. Det skal dog tænkes som dynamisk på den måde, at en person kan rumme flere personer.

Madprocesser som pædagogisk ramme for rehabilitering

I arbejdet med at tilrettelægge måltidspædagogiske aktiviteter som rehabiliterende indsats er det relevant at undersøge, hvilke dele af måltidet der er mest meningsfyldte for den enkelte person at tage del i og som understøtter vedkommendes fysiologiske, kognitive eller sociale udgangspunkt bedst muligt.

Madprocesserne i et måltid strækker sig lige fra det at have en idé eller tage initiativ til en ret til at finde ud af, hvilke råvarer man skal bruge, hvor de skal købes, tilberedning og madlavningsprocessen, tilberedningsmetodikker, evt. brug af specifikke opskrifter eller fremgangsmåder, anretning, servering, eller et særligt fokus på værtskab under måltidet. Madprocesserne er delt op i kronologisk rækkefølge, som følger en fremstilling af et måltid.

Hver madproces er en vigtig faktor, men kan ligesom ambitionsniveauet op- eller nedjusteres tidsmæssigt, alt efter konteksten, personen og tidsrammen. En given madproces, hvor lille den end er, vil i enhver sammenhæng kunne få fuldt tidsmæssigt fokus og udgøre hele den måltidspædagogiske aktivitet. Fx vil én person måske sætte mest pris på det at anrette og servere et måltid for andre som et værtskab. Her er det vigtigt, at råvareindkøb, tilberedning og madlavningsproces begrænses, måske helt udelades, for at der kan være ekstra tid til at lave sir-lige anretninger og serveringer. Det vil da også afgøre, hvilke retter der er fordelagtige at lave - måske nogle, der appellerer mere til anretning såsom små pyntekager, blinis med stenbiderrogn og purløg, en kartoffelmad med hjemmerørt mayonnaise mv.

Måltidspædagogiske madprocesser

I dette afsnit præsenteres de forskellige måltidspædagogiske madprocesser. Det er disse processer, der sammensættes på forskellig vis og dermed udgør de forskellige måltidspædagogiske tilgange, som vil blive præsenteret senere.

Initiativ til at lave en madaktivitet

Det ses i relation til, at personen selv udtrykker interesse for at tage del i en madaktivitet, at lave noget specifikt mad, at ville tilbringe tid med andre personer eller lave noget mad til nogle andre for at glæde dem. Det kan også identificeres gennem daglig dialog, hvor man som plejepersonale vil kunne spørge ind til, om der er noget specifikt, som personen har lyst til at lave eller vil tage del i.

Indkøb og udvælgelse af råvarer

Ved denne madproces er det for personen vigtigt at være inde over, hvilke råvarer der skal købes, og måske også, hvor råvarerne bliver købt, samt udvælgelse af specifikke råvarer. Det kan være, personen er med ude at købe ind eller guider personale gennem dialog.

Tilberedning og tilberedningsmetodik

Ved denne madproces menes der selve fremstillingen af måltidet. Alt det, der inkluderes i selve tilberedningsprocesserne omkring måltidet. Fra rensning og udskæring af grøntsager til stegning, bagning mv. Det er her, personen guider med specifikke instruktioner til udskæringer, tilsmagninger, afbagninger osv. Måske har personen en særlig ret i tankerne og en specifik måde, det skal smage eller tilberedes på. Måske har personen en specifik opskrift, der skal anvendes og følges for at opnå det rette udtryk. Eller måske er det vigtigt for personen at kunne sidde sammen to og to og lave en aktivitet og have en god dialog om maden for at skabe en fælles oplevelse.

Anretning, servering og borddækning

Det er vigtigt for personer, der lægger vægt på spisesituationen og et indbydende måltid. Er der specifikke måder, det skal anrettes på? Måske skal det være tro mod en ret eller et bestemt madminde? Skal man sidde på en bestemt måde, eller skal bordet dækkes på en bestemt måde?

Værtskab

Det er vigtigt for personer, der ønsker at være afsender af måltidet og har gjort sig tanker om, hvem måltidet er tilrettelagt for, hvor mange, hvor henne eller hvornår. Måske med tanke på særlige traditioner eller begivenheder, der sætter rammen for måltidet. Er der specifikke sange, taler eller skåle, der skal udfoldes? Værtskabet er i særdeleshed vigtigt, hvis en person har tanker om, hvordan måltidet skal forløbe, og hvad der skal ske undervejs.

Måltidspædagogiske tilgange som rehabilitering

I det følgende vil seks forskellige måltidspædagogiske tilgange blive præsenteret. De er hver især udviklet på baggrund af en persona, som udtrykker, hvad tilgangens fokus er. Yderligere er der indsat et skema, der viser, hvilke madprocesser der er i fokus, og hvordan deltagelse i madprocessen kan tage form.

”Signaturretten”

Understøtter individet og dets identitet



”Signaturretten” er udviklet på baggrund af Azar. Han kommer fra Iran og har lavet mad igennem hele sit liv. Azar er tydeligvis meget glad for mad og tænker meget i mad. Og når man taler med ham om mad, taler han i sanser; smage, konsistenser, de korrekt udvalgte råvarer, der giver retten dens rette smag, eller den rette hvidløgspresser, der presser løget på den helt rigtige måde.

”Signaturretten” er en tilgang til det måltidspædagogiske arbejde med personer, der motiveres af at lave mad, hvor de kan få lov til at sætte deres signatur på måltidet. Hvad end det er med deres arvede familieopskrift til en fødsels-

dagskringle eller den helt rigtige stegning af flæskesteg med sprøde svær og laurbærblade. Azars signaturret var shami, som stammer fra hans hjemegn. Shami består af kikærter, gule ærter, gulerødder og æg og fremkalder et madminde, der kun kan skabes af Azar.

Tilgangen understøtter på den måde individet og identiteten ved at tilrettelægge en madpædagogisk aktivitet med signaturretten for øje.

Fokus på ”Signaturretten” som måltidspædagogisk tilgang

I ”Signaturretten” afsættes mest mulig tid til udvælgelsen af opskrift, råvarer, tilberedning og tilsmagningen. Vægtningen af ”Signaturretten” er markeret med mørk grøn.

Aktivitetstrin	Deltagelse	Fokus
Initiativ til at lave en madaktivitet	På eget initiativ, eller hvis personen udtrykker interesse for en specifik råvare, opskrift eller ret.	
Planlægning, indkøb og udvælgelse af råvarer	Personen sætter en ære i at være med ind over råvarevalg, måske endda også lokationen, hvor tingene er købt. Således at de råvarer der anvendes stemmer overens, med den forestilling personen har.	
Tilberedning og tilberedningsmetodik	En specifik opskrift kan understøtte personens identitet og fortællingen om måltidet. Der kan være en specifik fremgangsmåde i selve madlavningen eller specifikke udskæringer, metodikker eller tilsmagning, der gør sig gældende for den eksakte signaturret.	
Anretning, servering og borddækning		
Værtsskab		

Anvisninger for at understøtte "Signaturretten"

Madpraksis kan fx understøttes ved at overdrage initiativ til valg af råvarer, overdrage beslutninger ift. procedure ved tilberedningen samt vurdering af tilsmagning.

Dialogen i "Signaturretten" skal understøtte den enkelte person og hans/hendes identitet. Det gøres ved at tale om betydningen af råvarerne, tilberedningen og udstyrets betydning for personen. Ligeledes kan der tales om, hvordan personen har arbejdet med det førhen, og gennem forhandling kan man finde frem til ønsker og idéer til fremtidige aktiviteter.

"Måltidet som gave"

Understøtter relationen



"Måltidet som gave" er udviklet på baggrund af Esther. Esther har sammen med sin mand, Erik, boet på både højskole, hvor hendes mand var forstander, og sidenhen på præstegård, hvor han var præst. For hende handler måltidet om at give til andre, at udtrykke sin glæde for andre gennem maden og derved vise omsorg. Det er her, at især værtsrollen kommer i spil, hvor Esther kan få lov til at vise sine omgivelser, at hun har dem kær.

Esther ser måltidet som noget, man indtager i fællesskab med andre, og har altid haft mange med til bords, om det så er højskolen eller rundt om familiebordet.

At lave mad er for Esther en kreativ proces, og hun har gennem hele sit liv møjsommeligt klippet brugbare opskrifter ud til "gæstemad", som hun tænkte, hun vil kunne bruge ved lejlighed.

Esther har både modtaget opskrifter fra andre familiemedlemmer og givet dem, hun selv har haft, videre til sine børn. Opskrifter og mad er altså noget, man giver videre.

"Måltidet som gave" er som måltidspædagogisk arbejde en tilgang til personer, der ønsker at få lov til at kunne give et måltid videre. Det kan enten være, at de gerne vil være vært for et måltid for familie og pårørende eller for venner og naboer.

Ved denne måltidspædagogiske tilgang er motivationen at kunne være vært og afsender af måltidet og derigennem vise sin omsorg for andre. Der lægges vægt på tilberedningen af måltidet ved at tænke dem, der skal spise det, ind i processen. Fx vil Esther gerne lave flødekartofler til sin familie, da hun ved, at de elsker flødekartofler.

Fokus på "Måltidet som gave" som måltidspædagogisk tilgang

I "Måltidet som gave" lægges fokus på selve initiativet til at lave en madaktivitet, da der for personen ligger en del tanker i, hvem der skal inviteres med, i hvilken anledning og hvad de skal spise. Derudover er der fokus på selve serveringen og borddækningen, da det for personen er afgørende for, hvordan måltidet bliver modtaget.

Derudover sættes der fokus på selve værtskabet, da det for personen er vigtigt at kunne agere som afsender af måltidet.

Madprocesser	Deltagelse	Fokus
Initiativ til at lave en madaktivitet	Det er forbundet med stor motivation for deltagerne, at de selv bestemmer, hvem det er, der skal inviteres med til måltidet, og hvad de skal have at spise, for at kunne glæde de inviterede.	
Planlægning af aktivitet og indkøb	Planlægningen af værtskabet, er et væsentligt element i aktiviteten og må gerne tage tid	
Tilberedning og tilberedningsmetodik	For personen sker det at tilberede et måltid altid med en modtager for øje, som er tænkt ind i måltidet og tilberedningsprocessen.	
Anretning, servering og borddækning	Selve borddækningen er i fokus, for at værten kan sætte sit præg på evt. bordplan, blomster, servietter, service og dug. Alt sammen for at kunne sætte sit præg på, hvordan det vil være at være gæst i huset.	
Værtskab	Hele værtskabet er et centralt element for den person, der afholder madaktiviteten. Det er vigtigt, at han eller hun er afsender af måltidet og får lov til at "give det videre" til nogle, vedkommende har kær.	

Anvisninger for at understøtte "Måltidet som gave"

"Måltidet som gave" kan understøttes gennem dialog og herunder ved planlægning af det kommende værtskab, men også ved at forberede værtskabet i praksis. Der er fokus på formålet med værtskabet, hvilken værtsrolle personen ser sig selv i, og hvordan personen bedst kan skabe en god oplevelse for gæsterne, også i praksis. Under planlægningsprocessen kan personen understøttes i at tage initiativ og beslutninger vedr. valg af mad, borddækning, evt. bordkort og aktiviteter under måltidet og samtidig kan værtskabet øves i praksis fra start til slut.

Dialogen i "Måltidet som gave" kan også understøtte den enkelte person ved at tale om betydningen af værtskabet for vedkommende. Hvordan har personen arbejdet med det førhen, og gennem forhandling kan man finde frem til ønsker og idéer til det kommende værtskab.

"Det fælles måltid"

Understøtter fællesskabet



"Det fælles måltid" er udviklet på baggrund af Agnes. For Agnes er det ikke maden, der fylder det store. Maden har gennem Agnes' liv været en daglig opgave, der var nødvendig, men ikke nødvendigvis lystdrevet. Agnes mindes ligeledes, at "gæstemad" og finere anledninger også oplevedes som en låst opgave, da der altid var en forventning fra hendes omgivelser om at lave det samme, oftest forlørne harer. På den måde blev det frirum som den "finere anledning" kunne have været, alligevel til en opgave, der bare skulle løses.

Til gengæld betyder det meget for Agnes at være med i fællesskabet, som måltidet kan danne ramme om. Det ses fx, når Agnes fortæller

om sine minder fra sankthansaftener, hvor hun og hendes mand mødtes med venner for at være sammen om at spise og hygge. Det var lige meget, hvad de spiste, bare de var sammen.

Fokus på "Det fælles måltid" – måltidspædagogisk tilgang

I "Det fælles måltid" er det mest af alt motiverende for de deltagende at tage del i et fællesskab. Det er ikke afgørende, hvad der skal laves af mad eller på hvilken måde – bare de er sammen om at gøre det.

Ved aktiviteter, der målretter sig "Det fælles måltid" kan der med fordel lægges vægt på, at opgaverne skal løses to og to eller tre og tre, så det er en social aktivitet gennem hele tilberedningsprocessen. Man kan fx være to om at bage pandekager på panden, to om at skære frugt og piske flødeskum og to om at anrette pandekager til sidst.

Madprocesser	Deltagelse	Fokus
Initiativ til at lave en madaktivitet		
Planlægning af aktivitet og indkøb		
Tilberedning og tilberedningsmetodik	Kan oplagt sætte rammen om fællesskab og social interaktion, ved at maden tilberedes sammen to og to eller flere.	
Anretning, servering og borddækning	Anretning, servering og borddækning er også en god måde at lave fælles aktiviteter, der understøtter det at være fælles om en opgave.	
Værtskab		

Anvisninger for at understøtte "Det fælles måltid"

"Det fælles måltid" kan understøttes ved sammen af definere det præcise formål med deltagelsen, fx "vi skal hygge os i køkkenet". Ligeledes kan "Det fælles måltid" understøttes ved at anerkende personernes forskellige kompetencer, præferencer og ønsker til tilberedningen, serveringen og borddækningen, og sammen med dem kan man forhandle sig frem til en fællesnævner. I praksis kan der desuden være fokus på ritualer så som at skåle, eller der kan være fokus på bestemte genstande eller procedurer, der kan kendetegne netop deres relation. Under tilberedningen skal der være fokus på muligheden for, at processerne kan foregå i samarbejde. Fx at der kan snittes sammen, eller at én laver remonce til kanelsnegle, og den anden laver dej.

Dialogen i "Det fælles måltid" kan understøttes ved at tale om betydningen af den aktivitet, personerne er i gang med. Hvordan personerne har arbejdet med det førhen, og gennem forhandling kan man finde frem til ønsker og idéer til det kommende fællesskab personerne imellem.

"Sansningens mad"

Understøtter en sanselig og æstetisk oplevelse



"Sansningens mad" er udviklet på baggrund af Birthe. Birthe lever med en demenssygdom, har intet sprog og sidder i kørestol. Hun er tidligere balletdanser, hvilket hendes spinkle, men stadig spændstige krop vidner om. Birthe responderer positivt på stimuli som berøringer og ved øjenkontakt, og hun viser interesse for æstetiske og smukke ting, der omgiver hende. Ifølge hendes datter er det meget kendetegnende for Birthes liv. Selvom maden og måltidet som sådan ikke har været væsentligt for Birthe, så er maden

og måltidets sanselighed og æstetiske udtryk vigtigt. "Sansningens mad" er en tilgang til det madpædagogiske arbejde for personer, der lever med demenssygdom, og som ikke evner at udtrykke sig verbalt.

Tilgangen understøtter dermed en aktivering gennem sanselig praksis.

Fokus på "Sansningens mad" som måltidspædagogisk tilgang

I "Sansningens mad" vil det være oplagt at tage udgangspunkt i enkelte dele af madlavningsprocessen som en sansestimuleret indsats, der aktiverer en eller flere sanser, både taktile, bevægelses-, syns-, lugt- og høresansen. Herunder også den interoceptive sans, der omfatter vores evne til at mærke, forstå og tolke på signaler. Ikke alle sanser skal nødvendigvis involveres på én gang. Det er situationsbestemt, hvad der er muligt den pågældende dag, og det er nødvendigt at være opmærksom på overstimulering.

Madprocesser	Deltagelse	Fokus
At tage initiativ til at lave en madaktivitet		
Planlægning af aktivitet og indkøb		
Tilberedning og tilberedningsmetodik	Inddrages i enkelte delprocesser som at forme en bolle, ælte smør, skære smage og dufte og smage frugter med forskellig konsistens, sprødhed og udseende.	
Anretning, servering og borddækning		
Værtsskab		

Anvisninger for at understøtte "Sansningens mad"

Madpraksis kan understøtte sanselige og æstetiske stimuli ved at fokusere på den kropslige hukommelse som at ælte, skære, åbne eller snitte, eller på at smage, mærke, lytte og høre i relation til de fødevarer, der arbejdes med, men også på at der på en æstetisk og rolig måde evt. æltes og formes en smuk bolle. Måske udgør det hele madaktiviteten at forme én enkelt bolle.

Dialogen i "Sansningens mad", der bidrager til at understøtte personens sanselige og æstetiske oplevelser, kan tage udgangspunkt i en nonverbal og nærværende kommunikation med øjenkontakt og fysisk kontakt gennem de fødevarer, der arbejdes med. Den verbale kommunikation kan tage udgangspunkt i madens sensoriske egenskaber og den æstetiske del af en madproces som fx at placere en bolle på en bakke.

"Mad som erindring"

Understøtter personens lyst til en given madoplevelse



"Mad som erindring" er udviklet med udgangspunkt i Kirsten. Kirsten har været hjemmegående, hun sidder i kørestol og er benamputeret, men kan sages bruge sine hænder. For Kirsten er det vigtigt at blive inddraget i hverdagslivet. Selvom hun generelt godt kan lide at spise mad, er hun ikke interesseret i madlavning. Hun mener, at hun har lavet den mad, der skal laves i hendes tid. Under et måltid kommer samtalen hen på pandekager, og Kirsten udtrykker ønske om at genkalde sig oplevelsen af at smage pandekager.

"Mad som erindring" er derfor en tilgang til det madpædagogiske arbejde med personer, hvor maden tilvejebringer en mulighed for at gensmage en bestemt ret eller fødevarer. "Mad som erindring" er dermed også en indirekte repræsentant for selvforståelse og identitet. Der er fokus på at gensmage en ret med specifikke

sensoriske egenskaber eller med en kulturel eller historisk betydning. Det er ikke så vigtigt at blive inddraget i alle madprocesser.

Tilgangen understøtter primært personens lyst til at genopleve en given ret, men sekundært også at udfolde personens identitet.

Fokus på ”Mad som erindring” som måltidspædagogisk tilgang

I ”Mad som erindring” afsættes mest mulig tid til tilberedningsprocesserne. Det er ikke sikkert, det betyder noget at blive inddraget i planlægning og indkøb, eller at anvende en specifik opskrift. Måske handler det bare om at smage, dufte og hygge og give mulighed for, at personen kan udtrykke sig undervejs i tilberedningsprocessen, og der er ikke nødvendigvis en specifik holdning til bestemte ingredienser eller bestemte opskrifter.

Madprocesser	Deltagelse	Fokus
At tage initiativ til at lave en madaktivitet	Kan fremkomme via dialog med personen	
Planlægning af aktivitet og indkøb		
Tilberedning og tilberedningsmetodik	Kan være motiveret i at deltage i tilberedningen. Det handler om at give mulighed for, at personen udtrykker sig undervejs i tilberedningsprocessen.	
Anretning, servering og borddækning		
Værtsskab		

Anvisninger for at understøtte ”Maden som erindring”

Madpraksis kan understøtte muligheden for at overdrage initiativ, beslutninger og vurderinger til personen under tilberedningen tilsmagning og anretning.

Dialogen i ”Maden som erindring” kan understøtte den enkelte person ved at gå i dialog om rettens både kulturelle og sensoriske betydning for personen. Ligeledes kan der tales om, hvordan personen har spist den og i hvilke sammenhænge, og gennem forhandling kan man finde frem til ønsker og idéer til fremtidige aktiviteter.

”Mad som beskæftigelse”

Understøtter behovet for beskæftigelse, vise kompetence og være nyttig



”Mad som beskæftigelse” er udviklet på baggrund af Peters deltagelse i de madrelaterede aktiviteter. Peter lever med en demenssygdom og bliver urolig, hvis han ikke er i beskæftigelse. Han sidder uroligt på stolen og vandrer lidt rundt på afdelingen. Peter er ikke umiddelbart i stand til at udtrykke sine ønsker og ideer, men ifølge hans pårørende har han altid været glad for mad, også selvom han ikke har deltaget aktivt i madlavningen tidligere. Han er altid meget omhyggelig og nyder at blive involveret i simple og praktiske arbejdsprocesser. De medarbejdere, der kender ham bedst, kan se, at Peter bliver stolt og glad, og at han momentvis tager imod den anerkendelse, han modtager, når han møjsommeligt ruller en dej ud på

bordet. ”Mad som beskæftigelse” er en tilgang til det madpædagogiske arbejde med personer, der evt. lever med demenssygdom, og hvor deltagelse i enkelte madprocesser kan understøtte fysisk aktivitet og en momentvis oplevelse af at være nyttig og vise kompetence.

Fokus på ”Mad som beskæftigelse” som måltidspædagogisk tilgang

I ”Mad som beskæftigelse” afsættes mest mulig tid til praktiske gøremål. Det kan være i relation til både indkøb, tilberedning, borddækning og oprydning.

Madprocesser	Deltagelse	Fokus
At tage initiativ til at lave en madaktivitet		
Planlægning af aktivitet og indkøb	Kan være meningsfyldt at deltage i indkøb af fødevarer	
Tilberedning og tilberedningsmetodik	Kan være meningsfyldt at deltage i enkelte delprocesser, så som at hakke, snitte og skære	
Anretning, servering og borddækning	Kan være meningsfyldt at deltage i dækning af bord, servering samt oprydning	
Værtsskab		

Anvisninger for at understøtte ”Mad som beskæftigelse”

Madpraksis kan understøtte ”Mad som beskæftigelse” ved at fokusere på den kropslige hukommelse som at ælte, skære, åbne eller snitte. Fokus er rettet mod at undersøge, hvilke konkrete madprocesser der motiverer personen, og at sikre, at aktiviteten ikke overstimulerer. Det er også vigtigt at anerkende personens færdigheder og engagement.

Dialogen til at understøtte personens oplevelse af at være nyttig og have kompetencer kan tage udgangspunkt i en nonverbal og nærværende kommunikation med øjenkontakt og fysisk kontakt gennem de fødevarer, der arbejdes med. Den verbale kommunikation kan tage udgangspunkt i madens sensoriske egenskaber og den æstetiske del af en madproces som fx at placere en bolle på en bakke.

Sådan kommer I i gang

Alle ovenstående måltidspædagogiske tilgange er udarbejdet ud fra madaktiviteter, hvor der har været adgang til køkkenfaciliteter. Det behøver dog ikke være sådan. Med få enkelte remedier og en enkelt kogeplade, kan man få meget ud af at lave en dej til pandekager og derefter at bage dem eller af at røre en mayonnaise til et par kogte æg på æggemadden. Det, det kræver mest af alt, er dialog med deltagerne og tid til at planlægge.

Tilgangen først

Først og fremmest er hele denne håndbog bygget op omkring, at personen er i fokus på den måde, at man tager udgangspunkt i de madprocesser, der understøtter rehabilitering af personen fysisk, kognitivt og/eller socialt. Når I skal i gang, vil det derfor være fordelagtigt at starte med én tilgang, I kan se for jer. Måske har I allerede én person i tankerne, der vil være oplagt til en af tilgangene. Eller en person, der selv har ytret ønske om at lave en specifik ret eller ønsker at lave et måltid mad til nogle andre.

Derefter går I i dialog med personen for at finde frem til, hvordan og hvor meget personen skal være involveret i de forskellige madprocesser.

Start i det små

Start i det små, evt. med én tilgang, I føler jer trygge i. Øv den et par gange, så I ser, hvilken forskel det gør for modtagelsen, alt efter hvor meget involvering og valgmuligheder de deltagende personer får. Når først I føler jer sikre i tilgangen, kan I bevæge jer ud i flere forskellige tilgange og lige så stille udvide jeres repertoire. Husk på, at det for jer, der arrangerer aktiviteten, oftest er lettest at se, hvilke dele af en madproces man kan involveres i, træffe valg omkring eller udføre aktiviteter ud fra, hvis selve måltidet er simpelt med få elementer og færre processer – tænk på mayonnaisen til æggemadden med karse anrettet på toppen.

Et fælles sprog

Hvis I er flere, der gerne vil i gang med at bruge måltidspædagogiske tilgange, handler det rigtig meget om, at man begynder at få et fælles sprog for de forskellige tilgange og madprocesserne. Altså at man fx kan begynde at tale om, at en bestemt person udtrykker et behov for at afprøve en ”Signaturret”, og derved ved alle, hvad der menes med det, og hvordan man kan få denne ret til at understøtte individet.

Tak

Tak til Kastanjehaven Plejeboliger, Frederiksberg Kommune, og herunder til forstander Ellen Fogh-Andersen, afdelingssygeplejerske Helle Valdbjørn Christensen samt beskæftigelsesvejleder Hans Henrik Sørensen. Ikke mindst tak til de mange beboere, der gennem fem år har været en del af projekt Operation Morgenduft samt Projekt Hjemlighed.

