



**Aalborg Universitet**

**AALBORG UNIVERSITY**  
DENMARK

## **Ældre & Mad**

### *Et Historisk Perspektiv*

Fisker, Anna Marie; Heilmann, Anna Eva Utke; Bagger, Nini Camilla; Bauer, Nina; Skovsby, Kirsten

*Creative Commons License*  
Ikke-specificeret

*Publication date:*  
2018

*Document Version*  
Også kaldet Forlagets PDF

[Link to publication from Aalborg University](#)

### *Citation for published version (APA):*

Fisker, A. M., Heilmann, A. E. U., Bagger, N. C., Bauer, N., & Skovsby, K. (2018). *Ældre & Mad: Et Historisk Perspektiv*. Aalborg Universitet, Institut for Byggeri og Anlæg. DCE Technical Memorandum Nr. 72

### **General rights**

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- ? Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- ? You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- ? You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal ?

### **Take down policy**

If you believe that this document breaches copyright please contact us at [vbn@aub.aau.dk](mailto:vbn@aub.aau.dk) providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.



**INSTITUT FOR BYGGERI OG ANLÆG**  
AALBORG UNIVERSITET

# **Ældre & Mad**

## **– Et Historisk Perspektiv**

**Anna Marie Fisker  
Anna Eva Heilmann  
Nini Bagger  
&  
Nina Bauer  
Kirsten Skovsby**



Aalborg University  
Institut for Byggeri og Anlæg  
Center for Food Science, Design & Experience  
&  
Fælleskøkkenet I/S  
Sakskøbing

**DCE Technical Memorandum No. 72**

# **Ældre & Mad**

## **- Et Historisk Perspektiv**

**Anna Marie Fisker**  
**Anna Eva Utke Heilmann**  
**Nini Bagger**  
**&**  
**Nina Bauer**  
**Kirsten Skovsby**

Anna Marie Fisker  
September 2018

© Aalborg Universitet

## Videnskabelige publikationer ved Institut for Byggeri og Anlæg

**Technical Reports** anvendes til endelig afrapportering af forskningsresultater og videnskabeligt arbejde udført ved Institut for Byggeri og Anlæg på Aalborg Universitet. Serien giver mulighed for at fremlægge teori, forsøgsbeskrivelser og resultater i fuldstændig og uforkortet form, hvilket ofte ikke tillades i videnskabelige tidsskrifter.

**Technical Memoranda** udarbejdes til præliminær udgivelse af videnskabeligt arbejde udført af ansatte ved Institut for Byggeri og Anlæg, hvor det skønnes passende. Dokumenter af denne type kan være ufuldstændige, midlertidige versioner eller dele af et større arbejde. Dette skal holdes in mente, når publikationer i serien refereres.

**Contract Reports** benyttes til afrapportering af rekvireret videnskabeligt arbejde. Denne type publikationer rummer fortroligt materiale, som kun vil være tilgængeligt for rekvirenten og Institut for Byggeri og Anlæg. Derfor vil Contract Reports sædvanligvis ikke blive udgivet offentligt.

**Lecture Notes** indeholder undervisningsmaterial udarbejdet af undervisere ansat ved Institut for Byggeri og Anlæg. Dette kan være kursusnoter, lærebøger, opgavekompendier, forsøgsmanualer eller vejledninger til computerprogrammer udviklet ved Institut for Byggeri og Anlæg.

**Theses** er monografier eller artikelsamlinger publiceret til afrapportering af videnskabeligt arbejde udført ved Institut for Byggeri og Anlæg som led i opnåelsen af en ph.d.- eller doktorgrad. Afhandlingerne er offentligt tilgængelige efter succesfuldt forsvar af den akademiske grad.

**Latest News** rummer nyheder om det videnskabelige arbejde udført ved Institut for Byggeri og Anlæg med henblik på at skabe dialog, information og kontakt om igangværende forskning. Dette inkluderer status af forskningsprojekter, udvikling i laboratorier, information om samarbejde og nyeste forskningsresultater.

Udgivet 2018 af  
Aalborg Universitet  
Institut for Byggeri og Anlæg  
Thomas Manns Vej 23  
DK-9200 Aalborg Ø, Danmark

Trykt på Aalborg Universitet, København

ISSN 1901-7278  
DCE Technical Memorandum No. 72

## Indholdsfortegnelse

<b>1.0 INTRODUKTION AF AALBORG UNIVERSITET</b>	<b>6</b>
<b>2.0 ÆLDRES BOLIGSITUATION - ET HISTORISK OVERBLIK AF NINA BAUER</b>	<b>7</b>
2.1 FATTIGHJÆLP OG FATTIGGÅRDE	7
2.2 ALDERDOMSUNDERSTØTTELSE OG LEMMESTUER	8
2.3 ALDERDOMSHJEM OG SOCIALREFORMER	9
2.4 FRA PLEJEHJEM TIL PLEJEBOLIGER	10
<b>3.0 ÆLDRES MÅLTIDER- ET HISTORISK OVERBLIK AF NINA BAUER</b>	<b>12</b>
3.1 SPISEREGLEMENTER OG HOSPITALSKOST	12
3.2 MAD, ERNÆRING, ELLER BEGGE DELE?	14
3.3 MAD TIL MANGE OG FLERE VALGMULIGHEDER	15
<b>4.0 STATUS I DAG AF AALBORG UNIVERSITET</b>	<b>18</b>
<b>5.0 DEN GODE HVERDAGSMAD AF KIRSTEN SKOVSBY</b>	<b>20</b>
5.1 DEN GODE HVERDAGSMAD	20
5.1.1 FORHOLDET:	20
5.1.2 TALLERKENEN:	21
5.1.3 MÅLTIDET:	21
6.1 'MENINGER OM MAD OG MÅLTIDER BLANDT ÆLDRE I EGET HJEM - EN KVANTITATIV UNDERSØGELSE AF ÆLDRES MÅLTIDER, SOCIALE RAMMER, FUNKTIONSEVNE OG LIVSKVALITET' AF AARHUS UNIVERSITET, UDARBEJDET FOR MILJØ OG FØDEVAREMINISTERIET 2017.	25
6.2 'HVER TREDJE KOMMUNE LEVERER KOLD MAD ÉN GANG OM UGEN' AF ÆLDRE SAGEN 2017	26
6.3 SMAG - SKØNNE MÅLTIDER TIL ALLE GAMLE. HVIDBOG OM NÆRENDE MÅLTIDER MED KULINARISK KVALITET TIL ÆLDRE AF KØBENHAVNS UNIVERSITET I SAMARBEJDE MED MADKULTUREN. JANUAR 2015.	27
<b>7.0 AFSLUTNING AF AALBORG UNIVERSITET</b>	<b>28</b>
<b>8.0 LITTERATUR</b>	<b>29</b>

## **1.0 Introduktion af Aalborg Universitet**

Danskernes levevilkår har de seneste 200 år undergået store forandringer ikke blot samfundsmæssigt, men også set i forhold til de ældres levevilkår, deres spisevaner og de måltidssituationer, de er en del af.

I projektet Bord Dæk Dig arbejder vi ud fra et formål om at udvikle en mere æstetisk, bæredygtig og innovativ emballering af maden til de ældre i eget hjem. Prototyper på en ny emballagetype, som er hjemlig og optimal for de ældre, således at måltidet bliver mere vedkommende. Det er projektets ønske at skabe prototyper på en emballage, som giver de ældre lyst til at spise mere og derved forebygger underernæring. Gennem en ny emballage er det desuden formålet af øge effektiviteten af både transport, distribution og portionering, således at både teknologi og æstetik optimeres i madservice. Der vil desuden gøres op med den gængse forestilling om, at varm mad altid er frisk mad. Alt dette for at skabe bedre måltidsoplevelser, der på sigt kan højne den enkelte borgers livskvalitet og fremme trivslen hos ældre i eget hjem.

Denne rapport ønsker at danne et overblik over de seneste 200 års udvikling i det danske samfund i forhold til ældres levevilkår, spisevaner og måltidssituationer for at give et indblik i begrundelse for den nuværende tilstand i dansk madservice. Rapporten ønsker at danne en forståelse af tidligere episoder, handlinger og metoder og sammenligne med dagens Danmark og den nuværende situation. Hvordan var det at være ældre i Danmark for 200 år siden, hvordan er det i dag og hvordan oplever de ældre selv deres måltidssituationer?

Afslutningsvis ønsker denne rapport at informere om Fælleskøkkenet I/S og deres *Den Gode Hverdagsmad* og hvorledes de, som en del af Bord Dæk Dig projektet, arbejder med kvaliteten af de hjemmeboende ældres mad. Herefter følger en oversigt over relevant forskning for Bord Dæk Dig projektet under temaet *Bedre Mad Til Ældre*.

## 2.0 Ældres boligsituation – et historisk overblik af Nina Bauer

Ældres levevilkår har siden 1800-tallet undergået store forandringer, ikke kun på økonomiske og praktiske områder såsom bolig, forplejning og behandling, men også i synet på alderdommen og opfattelsen af ældre som samfundsgruppe. Dette kapitel foretager en række nedslag i de boligtyper, samfundsforhold og lovgivning, der har haft mest indflydelse på de ældres liv i de sidste 200 år. Fokus er primært på de institutioner og tiltag, der henvendte sig til enlige ældre uden midler, eller med særlige behov for pleje. De, der kunne forsørge sig selv, eller havde mulighed for at bo hos familie, optræder sjældent i kilderne og de blev ikke på samme måde som de mindrebemidlede og enlige ældre set som en samfundsgruppe defineret af deres alder.

### 2.1 Fattighjælp og fattiggårde

Før 1891 blev ældre ikke opfattet som en særlig gruppe. Ældre, der havde brug for hjælp til at klare sig, var fattige på linje med andre fattige, og hørte under fattigvæsenet. Retten til fattighjælp var ikke universel, men byggede på et skønprincip. Det var således op til det enkelte sogn at afgøre, hvem der var *værdige trængende* og derved berettiget til fattighjælp. Hjælpen blev typisk givet i form af penge, men en del af den kunne også udgøres af naturalier, f.eks. brændsel eller fødevarer, og igen var det den ansvarlige myndighedsperson i sognet, der bestemte fordelingen.

At modtage fattighjælp var forbundet med skam; fattige blev anset som dovne og uden moral og deres fattigdom som noget selvforskyldt. Samtidig mistede modtagere af fattighjælp også deres borgerlige rettigheder. De mistede retten til at råde over eget bo, skulle have tilladelse til at gifte sig, og efter 1849 mistede mænd også deres stemmeret. Fattighjælpens stigma fortsatte endda selv om den fattige atter blev selvforsørgende, da det kunne tage mange år at genvinde de tabte borgerrettigheder (Jørgensen 1975 og Skjødt 2016).

I løbet af 1800-tallet steg antallet af fattige med behov for hjælp og pleje voldsomt, og fattighjælpen blev suppleret med etableringen af fattiggårde<sup>1</sup>. Fattiggården var tænkt som

---

<sup>1</sup> Fattiggård var bare én af mange betegnelser for institutionen. Af andre navne kan nævnes forsørgelsesanstalt, lemmebolig, fattigarbejdshus og arbejdsanstalt.



en mere effektiv og billig måde at administrere fattighjælpen på. Her kunne fattiglemmerne nemlig bidrage til deres egen forsørgelse gennem arbejde, og udgifterne kunne således holdes nede. Myndighederne bestemte, hvorvidt personer under fattigvæsenets tilsyn skulle på fattiggården. Enhver autonomi blev frataget fattiglemmer, der kunne tvangsindlægges med politiets bistand. Fattiggårdens dobbelte funktion som straffeanstalt for dovne og umoralske mennesker og som plejeafdeling for gamle, handicappede og i nogle tilfælde også forældreløse børn skabte ofte problemer for alle parter (Jørgensen 1975, Hansen 2007 og Betænkning 1959). Fattiggårdene var derfor ikke en langtidsholdbar løsning på problemet med det stigende antal mennesker, der havde brug for hjælp til at klare sig.

## 2.2 Alderdomsunderstøttelse og lemmestuer

Det første store skridt i retning mod en mere humaniseret fattigforsorg kom med den nye fattiglovgivning i 1891, og den fik stor betydning for de ressourcesvage ældres levevilkår og sociale status. Som en del af lovkomplekset blev *Lov om Alderdomsunderstøttelse til værdige trængende uden for Fattigvæsenet* nemlig vedtaget 9. april 1891. Med denne lov blev de ældre adskilt fra andre *værdige trængende* og opnåede særlige rettigheder. Samtidig betød loven, at hjælp til ældre ikke længere skulle ses som fattighjælp. De ældre kunne nu beholde deres borgerrettigheder og i de fleste tilfælde slippe for fattiggården.

Det var dog ikke helt nemt at opnå denne alderdomsunderstøttelse, idet tildelingen stadig var bundet op på et skønsprincip. Dette blev senere ændret med *Lov om aldersrente* i 1922, hvor skønsprincippet afløstes af et retsprincip. Der var også en række kriterier, som skulle opfyldes. Den ældre skulle have haft fast ophold i landet i 10 år, og måtte i samme tidsrum ikke have modtaget fattighjælp eller have gjort sig skyldig i tiggeri. Det medførte, at alderdomsunderstøttelsen i praksis kun blev for "nye" ældre. Dem, der allerede var under fattigforsorgen, måtte pænt blive der (*Lov om Alderdomsunderstøttelse 1891 og Lov om Aldersrente 1922*).

For de ældre, der opnåede alderdomsunderstøttelse, men ikke kunne klare sig selv i eget hjem, åbnede der sig en mulighed for indlæggelse på et alderdomshjem. Hvis de krævede hospitalspleje, kunne de indlægges på særlige lemmestuer. Disse indlæggelser kunne imidlertid stadig ske uden den ældres samtykke, så det var så som så med dennes autonomi i forhold til boligforhold (*Lov om Alderdomsunderstøttelse 1891, § 5 og Skjødt*

2016). Hospitalernes lemmestuer var dog milevidt fra fattiggårdene hvad angik indretning og forplejning. I 1892 ved indvielsen af Almindeligt Hospitals nye lemmeafdelinger i København var pressen inviteret på besøg. Journalisterne var behørigt imponerede over, at der var vaskerum og toiletter på hver etage, varme på trapper og gange, og et moderne ventilationssystem. Selv bladet *Social-Demokraten*, der i årevis havde skrevet om de dårlige forhold, som københavnske fattige oplevede på anstalter og hospitaler, var begejstret, både over nye tiltag såsom særlige rum for ældre ægtepar, og over stuerne indretning. "*Der er selvfølgelig ingen Luksus paa Stuerne, men overalt er der saa net og propert, at det er en Fornøjelse. ... Ved Siden af hver Seng staar der en Kommode med 4 Skuffer og en magelig Trælænestol, hvori gamle, svagelige Lemmer faar en polstret Krans at sidde paa.*" (*Social-Demokraten* 1892, s. 2).

### **2.3 Alderdomshjem og socialreformer**

I begyndelse af 1900-tallet oprettedes der alderdomshjem overalt i landet. De skulle erstatte de nu gammeldags fattiggårde og sikre, at der blev taget hånd om de ældre på en mere værdig måde. Alderdomshjemmet som boligform for ældre var ikke en ny opfindelse. I 1700-tallet fandtes der stiftelser og private alderdomshjem; men disse var begrænsede til særlige grupper af ældre, defineret ud fra erhverv og social status. *Den Huuseske Stiftelse* i Odense, oprettet af den velhavende skomager Christian Huus i 1801, var f.eks. udelukkende for fattige borgerenker. En del håndværkerforeninger oprettede alderdomshjem, f.eks. *Alderstrøst* på Nørrebro, der blev oprettet af *Haandværkerforeningen i København* i 1862 med midler fra industrilotteriet (Jørgensen 1969 og Nyrop 1912). Den store forskel mellem de nye og gamle alderdomshjem var, at disse nyoprettede alderdomshjem blev oprettet i kommunalt regi efter krav fra staten, som nu i højere grad påtog sig et ansvar for sine ældre medborgeres levevilkår.

I 1933 kom *Forsorgsloven*, hvor de ældre var et centralt punkt. Loven var en del af den socialreform, som socialminister K.K. Steincke havde fået med i Kanslergadeforliget. Socialreformen skulle samle den store mængde smålove, der udgjorde socialområdet, og udfase fattighjælpen til fordel for et princip om universelle borgerrettigheder, heriblandt retten til at modtage hjælp (Jørgensen 1975 og Steincke 1933). Ældreområdet blev nu

endegyldigt løsrevet fra fattigforsorgen, og de ældre skulle ikke længere føle skam over, at have brug for samfundets hjælp.

Et typisk alderdomshjem i første halvdel af 1900-tallet var en lille institution med plads til 10-20 beboere, samt bestyreren og dennes familie. De ansatte var ud over bestyreren nogle husassistenter til at klare husholdningen og den daglige pleje, og en enkelt sygeplejerske. De fysiske rammer var ikke længere sovesale eller lignede hospitalsstuer. De ældre delte værelse to og to. Der var en fælles dagligstue og en spisestue, fælles toilet- og badefaciliteter på gangen og natpotter på værelserne. Nogle steder kunne der også være en have. De ældre havde mere frihed på alderdomshjemmene, og kunne i højere grad bestemme over deres hverdag. Det forventedes at de, der var i stand til det, hjalp til med forskellige lette rengørings- og håndværks- og håndarbejdsopgaver (Hansen 1993, Jørgensen 1969 og Skjødt 2016). De ældre var underlagt det enkelte alderdomshjems reglementer, og en del af fattigforsorgens praksisser var fulgt med. De ældre, der modtog alderdomsunderstøttelse/aldersrente, kunne stadig tvangsanbringes, og det var alderdomshjemmets bestyrelse, der bestemte hvilke ejendele, den ældre måtte medbringe (Kvist 2006).

#### **2.4 Fra plejehjem til plejeboliger**

Den anden halvdel af 1900-tallet så endnu engang store omvæltninger i de ældres levevilkår. I 1958 blev en hjemmehjælpsordning indført i Danmark; men det var først i 1964, at Folketinget gjorde hjemmehjælpstilbud obligatorisk for kommunerne. Hjemmehjælpsordningen erstattede husmoderafløsningen fra 1949, som var en midlertidig hjælp til ældre og trængende, f.eks. ved pludselig opstået sygdom. Enkelte kommuner havde før 1958 på eget initiativ indført særordninger til trængende ældre. Københavns kommune havde f.eks. i 1955 indført en ordning med plejehjælp til ældre (Jensen 2015 og Petersen 2008). Hjemmehjælpen åbnede for at ældre i større omfang kunne blive i egen bolig, og dér få den nødvendige hjælp til husholdningen.

Alderdomshjemmene stod også over for forandringer; mange af dem blev ombygget til plejehjem. Den københavnske socialborgmester Børge H. Jensen betegnede perioden med følgende ord: *"1960'erne og endnu mere 1970'erne – står i plejehjemsbyggeriets tegn."* (Jørgensen 1969, s. 124).

Med plejehjemmet gik man tilbage til mere hospitalsprægede institutioner med team af professionelle og uddannede ansatte. Hvor alderdomshjemmene skulle forsørge den ældre og give denne omsorg i alderdommen, skulle plejehjemmene i langt højere grad fokusere på medicinsk pleje og behandling. Indretningen af de nye plejehjem var imidlertid på nogle områder mere hjemlige for beboerne. De boede på eneværelser, og havde derved mulighed for mere privatliv og flere møbler end tidligere (Skjødt 2016). De ældres individualitet skulle ikke glemmes, og deres forskellige fysiske og psykiske behov skulle tilgodeses, ikke mindst de sociale behov. De ældre skulle ikke længere isoleres i deres alderdom bag plejehjemmets mure, tværtimod skulle plejehjemmet åbne sig mere mod det omgivende samfund. Disse idealer blev blandt andet forsøgt realiseret med forskellige former for *opmuntringsarbejde* som åbne sangaftener, foredrag, gymnastik, beskæftigelsesterapi, udflugter, og besøg af fagfolk f.eks. frisører (Jørgensen 1969).

I løbet af 1970'erne fik den økonomiske krise og en voksende ældreforsorg sat gang i en revurdering af ældrepolitikken, der resulterede i nedsættelsen af *Ældrekommissionen* i 1979. Helt centralt i diskussionerne stod begrebet *længst muligt i eget hjem*, der gjorde op med idéen om, at institutionalisering altid er det bedste for den ældre (Petersen 2008 og *Ældrekommissionen* 1980). Med udgangspunkt i *Ældrekommissionens* anbefalinger kom *Ældreboligloven* i 1987, der satte en stopper for nyopførelse af plejehjem. Samtidigt begyndtes en mere systematisk nedlæggelse af eksisterende plejehjem. Antallet af plejehjemsboliger var toppet i 1986 med næsten 50.000 boliger, mens tallet knapt 10 år senere, i 1995, var omkring 36.000 (Danmarks Statistik 2005).

Som afløser for plejehjemmene kom ældreboligerne, som endnu er en udbredt boligform. De er tænkt som en mindre institutionspræget boligform, hvor den ældre i højere grad skal ses som en bruger fremfor patient. Ældreboligerne er typisk opført som små lejligheder med toilet, bad og køkkenfaciliteter. Seneste skud på stammen er plejeboliger, der er beregnet til svækkede og mere plejekrævende ældre.

### **3.0 Ældres måltider– et historisk overblik af Nina Bauer**

De fattige ældres kost i 1800-tallet var ikke meget anderledes end de andre grupper af fattiges. Men i løbet af 1900-tallet ændrede kosten sig markant i takt med de ældres positionering som særskilt samfundsgruppe. 1900-tallets ældrekost afspejlede de mange forandringer på ældreområdet. Idéer om ældre som patienter eller som brugere, skiftende ernæringsidealer, og overvejelser omkring kostens rolle i forhold til omsorg og pleje spillede alle en rolle i madens udformning.

#### **3.1 Spisereglementer og hospitalskost**

Den tidligste, organiserede forsørgelse af fattige var omgangsforsørgelsen, som går tilbage til starten af 1700-tallet. Her blev sognets fattige sendt på kost i sognets husholdninger. Det var præsten, der havde ansvaret for at organisere omgangsforsørgelsen, og han bestemte ligeledes, hvor mange dage den fattige skulle bespises på de enkelte steder. Omgangsforsørgelsen forsvandt fra mange sogne i løbet af 1800-tallet, men blev først officielt afskaffet med fattigloven i 1891 (Jørgensen 1975). Omgangsforsørgelsen har resulteret i en meget uregelmæssig kost for de fattige, og det har ikke været alle, der kunne klare at vandre sognet rundt dag efter dag. De ældre, der blev vurderet til at være *værdige trængende*, kunne få fattighjælp. Fattighjælpen kunne som nævnt tidligere også indeholde naturalier, blandt andet tilberedte eller let tilberedelige fødevarer. Udbringning af mad til ældre har således en langt ældre historie, end man umiddelbart skulle tro. Indholdet af fattighjælpen varierede fra sogn til sogn. Det er muligt, at fattiggårde og hospitaler har leveret en del af maden til fattighjælpen.

På fattiggårde var forsørgelsen af lemmerne nøje reguleret. Med *Sundhedsloven* i 1803 blev det et krav at alle hospitaler og offentlige institutioner med flere mennesker på kost, blandt andet tugthuse og fattiganstalter, skulle udfærdige spisereglementer, der så efterfølgende skulle godkendes af flere myndigheder, deriblandt lægefaglige (Rasmussen 1987). Spisereglementerne var et forsøg på at føre kontrol med forplejningen og sikre, at kosten var god og nærende, men også tilpasset det sociale lag, som institutionen rettede sig imod. Mad har altid været en social markør, og det blev i høj grad udnyttet til at forskelsbehandle i

fattigforsorgen. I tugthuse og på arbejdsanstalter kunne maden ligefrem være en del af straffen, og der findes mange klager fra indsatte over kosten (Hansen 2007).

Spisereglementet fra 1807 hos *Christians Plejehus-Depot*, en stiftelse i København for gamle og invaliderede soldater og soldaterenker, giver et indblik i den type almuekost, der var blev givet de *værdige trængende* i begyndelsen af 1800-tallet. Som morgenmad fik de te med mælk og et halvt pund brød<sup>2</sup> uden smør eller pålæg. Dagens varme måltid blev serveret midt på dagen. Det bestod af søbemad og en efterret, samt brød, og fulgte en ugeplan, der ikke skiftede synderligt i løbet af året. Søbemad var, som navnet antyder, mad der skulle søbes, dvs. supper og vællinger. Som efterret var der som regel fisk. F.eks. fik de om mandagen havregrynsvælling og en spegesild og fredag stod på gule ærter og flyndere eller ål. Søndagsmiddagen noget særligt, det var suppe med fersk oksekød. Til aftensmaden fik de atter et halvt pund brød og øl at drikke (Bastholm 1817). Mens søbemaden var et fast indslag i middagsmaden på mange fattiggårde og stiftelser, kunne efterretterne variere. I stedet for fisk som, kunne der være flæsk eller lammekød ligesom på hospitalerne. Aftensmaden kunne også visse steder bestå af øllebrød (Hylldtoft 2012 og Rasmussen 1987). For de ældre på lemmestuerne på Almindeligt Hospital i slutningen af 1800-tallet var maden bedre end på fattiggårdene. De fik smør på brødet, og der var to spisereglementer: et for sommerhalvåret og et for vinterhalvåret. Middagsmaden bestod stadig af søbemad, men variationen var en smule større, og der var sovs til efterretterne. F.eks. var fredagens menu i sommerhalvåret byggrynssuppe og stegt flæsk med kartofler og brun sauce (Jørgensen 1969). Det var først sent i 1800-tallet, at kartoffelen for alvor blev en del af dansk madlavning, men den har siden da været en fast ingrediens mange steder, ikke mindst i institutionskøkkener.

Fattigloven i 1891 ændrede ikke bare de ældres levevilkår i form af nye boligformer, den introducerede også de ældre for mere individualiserede menuer, i form af diætkost. Forskellige typer af diætkost havde længe været i brug på hospitalerne, og fra midten af 1800-tallet var diætkosten sat i system med diættyper, f.eks. feberkost, der forblev i brug helt op til 1934 (Rasmussen 1987). Samtidig havde en ny type retter vundet indpas i det danske køkken, nemlig mælkemad. Ligesom den tidligere søbemad passede mælkemad godt ind i tidens idéer om kost til ældre og svagelige. Mælkemad var f.eks. *bollemælk*, dvs. kogt

---

<sup>2</sup> Et halvt pund svarer til 250 gram.

mælk med boller af bygmel rørt med æg, eller *sødgrød*, dvs. byggrød kogt på sødmælk (Ax 2009 og Boyhus 1978).

I 1892 blev der oprettet en særlig plejeafdeling på Almindeligt Hospital, hvor de, der havde brug for særkost blev indlagt. Det var ifølge *Social-Demokraten* en tiltrængt forbedring, idet *"Tidligere har selv Folk med svage Maver maattet spise Ærter og Flæsk og anden for dem ufordøjelig Kost, nu er de fritaget derfor og faar en efter deres Fordøjelse afpasset Kost."* (Social-Demokraten 1892, s. 2).

Maden til de ældre i 1800-tallet kan karakteriseres som simpel og billig, men nærende. Kosten forbedredes løbende op gennem århundredet i takt med, at synet på de ældre ændredes, og de gik fra at være *værdige trængende* og til en samfundsgruppe uden for fattigforsorgen.

### **3.2 Mad, ernæring, eller begge dele?**

I begyndelsen af 1906 klagede husfællerne på Almindeligt Hospital over maden. Klagesagen blev taget alvorligt, og blev diskuteret i København Kommunes Borgerrepræsentation. Det var imidlertid ikke madens kvalitet, der blev klaget over, men derimod manglende variation. Resultatet af klagen blev et forsøg med mere varierede retter på hospitalet (Jensen 2015). Sagen viser at meget havde ændret sig siden 1800-tallets fattigkost, ikke mindst de ældres eget syn på hvad de fortjente at få at spise.

De ældre på alderdomshjemmene fik i begyndelsen af 1900-tallet en kost, der i forhold til tidligere indeholdt mere frugt, sukker, mælk og grøntsager. Mængden af brød og smør til morgen- og aftensmåltidet var ikke længere begrænsede, og der var nu også mulighed for ost og andet pålæg. Der var også indført mellemmåltider mange steder, f.eks. tvebakker og en kop kaffe, og måske endda wienerbrød eller kage om søndagen (Jensen 2014). I spisereglementet fra 1916 for *De Gamles Hjem* i Brønderslev kan man finde den type retter, som vi i dag anser for at være klassisk danske. Der var både frikadeller med stuede kartofler, risengrød, æggekage og stegt flæsk. Som noget nyt var der heller ikke en fastlagt portionsstørrelse I stedet må portionerne *"rette sig efter hver Beboers Behov."* (fotografisk aftryk i Jensen 2014 s. 97-98).

Alkohol, med undtagelse af øllet til måltiderne, havde været strengt forbudt på alle fattiggårde. Det samme gjaldt ikke alderdomshjemmene. Men holdningerne til især til

brændevin varierede meget. De fleste angav beruselse som bortvisningsgrund. Alderdomshjemmet i Skive, forbød i 1903 enhver form for berusende drikke. Beboerne på *Solhjem* i Gentofte måtte i 1906 kun drikke brændevin, hvis den var ordineret af en læge. I Nykøbing Falster måtte beboere på alderdomshjem i 1909 drikke brændevin til måltiderne (Wingender 1994).

Socialreformen i 1933 varslede nye tider på ældreområdet, og det kunne ses på maden. Der blev foretaget undersøgelser af de ældres kost, og der kom statslige kostanbefalinger til alderdomshjemmene. (Hansen 1991). *Ernæring* blev et centralt begreb i kostplanlægning, og den nyeste viden fra ernærings- og lægevidenskaben blev anvendt i kostplanerne i de følgende årtier. Der kom f.eks. fokus på madens vitaminindhold i forhold til mangelsygdomme, både blandt udsatte grupper og hos den almindelige befolkning under Anden Verdenskrig, der resulterede i nye former for diætkost (Christiansen 1940). Nogle mente dog, at de også kunne gå for vidt med det entydige ernæringsfokus, og at kostens kvalitet på andre områder blev forringet. Lægen Erik Begtrup, der underviste ved Økonomaforeningens diætkursus, skrev i 1933: *"...at det som patienten skal spise, hverken er Æggehvite, Fedtstof, Vitaminer eller hvad andet, der nu kan blive tale om, men at det slet og ret er Mad."* (Begtrup 1933).

Diskussionerne om madens rolle i sygehus- og ældrepleje fortsatte op gennem 1950'erne. I 1959 udkom første udgave af brochuren *Mange gode år*, der inddrog kost og motion som vigtige midler til at forebygge alderdommens problemer (Jensen 2015). Den blev husstandsomdelt til pensionister i Københavns kommune, og senere fulgte andre kommuner med. *"Den giver let tilgængelig oplysning om, at det ikke er for sent, at gøre noget for sin sundhed og velvære."*, skrev *Østsjællands Folkeblad* (Østsjællands Folkeblad 1960, s. 4). Hermed var kimen sået til den senere *længst muligt i eget hjem*-filosofi. De ældre, der kunne klare sig selv, skulle nu hjælpes til at udskyde behovet for professionel hjælp så længe som muligt.

### **3.3 Mad til mange og flere valgmuligheder**

Med Plejehjemmenes fremkomst i 1960'erne ændredes maden til de ældre. Hvor alderdomshjemmene med deres relativt få beboere havde kunnet klare sig med et par husassistenter til det praktiske arbejde, inklusive madlavningen, krævede plejehjemmene



en helt anden form for organisering. Nogle af de største kommunale plejehjem havde plads til 100 beboere, så der var brug for mere specialiseret plejepersonale og et større køkkenpersonale. I løbet af 1960'erne blev der arbejdet på at omstrukturere plejeinstitutioner, heriblandt plejehjemmene ud fra et ønske om at adskille *næring* og *omsorg*, og derved effektivisere driften. I praksis blev denne adskillelse dog aldrig gennemført konsekvent (Hansen 1993).

Kosten til både hospitaler, alderdomshjem, plejehjem og andre institutioner havde i de fleste tilfælde det samme udgangspunkt fra midt i 1960'erne til starten af 1980'erne. Statens Levnedsmiddelinstituts kostvejledning *Mad til mange* udkom i henholdsvis 1965, 1968 og 1978. Bogen indeholdt ernæringsvejledning, forslag til spiseplaner, gennemgang af forskellige kostformer. Derudover kom der også et opskriftskartotek med gængse, reviderede opskrifter. Kostvejledningens hovedformål var at promovere en mere ernæringsrigtig kost med fokus på fedt- og sukkerreducing.

Der blev lagt op til, at man skulle lave udførlige spiseplaner for de enkelte måltider, og der blev lagt vægt på, at udvælgelsen af retter skete med hensyn til både omfang af tilberedning og idealet om variation i de serverede måltider. Aftenretterne i løbet af en uge for personer på fuldkost kunne være: Søndag, Makaronisild. Mandag, røget skinke med stuvet grønkål. Tirsdag, urtefrikassé med æg. Onsdag, leverfarsfrikadeller med marinerede grøntsager. Torsdag, Tomatbønner med råkost. Fredag, fiskegratin med champignonsovs. Lørdag, fjerkræsalat med franskbrød (Statens Levnedsmiddelinstitut 1968). Til retterne blev der serveret rugbrød, og her er det interessant at se, at "*Tidligere tiders spisevaner med servering af bart brød til måltidets anbefales.*" (Ibid. s. 41). Fortidens fattig- og almuekost kunne nu genbruges til at bringe måltidets fedtindhold ned.

Som en del af rationaliseringen af institutionskosten havde man løbende siden 1930'erne forsøgt at få styr på de mange forskellige former for diætkost. En af disse kostformer, som *Mad til mange* anbefalede var *findelt fuldkost*. Med denne diæt kunne man med udgangspunkt i spiseplanerne for fuldkosten hakke, mose og purere maden, så den kom til at passe til den enkeltes behov. Idéen var, at "*forplejede, der kan spise hele kartofler og grøntsager, må have mulighed for at få dette.*" (Ibid. s. 118).

I 1984 kom *Oplæg til forplejningspolitik*. Her fremsatte følgende målsætning for den offentlige forplejning: "*forplejning [skal] ikke bare opfylde fysiologiske, men også sociale, kulturelle og psykologiske behov.*" (Hansen 1993, s. 156). Året efter blev de første forsøg

med kølemad foretaget på danske hospitaler. Kølemad fungerer således, at maden tilberedes som enkeltkomponenter i et centralkøkken, køles ned, og bringes til institutioner, afdelinger etc., og opbevares i køleskabe. Maden varmes og anrettes derefter til de forskellige måltider. Med kølemad kom Serveringsformerne i højere grad til at inkludere buffeter, hvor de forplejede på fuldkost fik mere at vælge imellem og mulighed for flere portioner (Holm 2003). Institutionerne begyndte at adskille sig mere fra hinanden med deres kreative spiseplaner. På Fyensgade-centret for ældre i Ålborg kunne de ældre vælge mellem tre menuer hver dag, blandt andet en klassisk menu med gammelkendte retter, eksperimenterende menu med fx vegetariske eller udenlandske retter, og *Pyramidemenuen*, der med udgangspunkt i kostpyramiden var uden sukker, fedtfattig etc. (Hansen 1993). Institutionskost skulle nu ses som mere end bare ernæringsrigtig mad. Hele måltidsoplevelsen skulle inddrages og sikre, at de forplejede fik både mad, nydelse og socialt samvær nok. Denne udvikling fortsatte op gennem 1990'erne, og er stadig fremherskende på mange institutioner for ældre i dag.

#### **4.0 Status i dag af Aalborg Universitet**

Danskerne er blevet ældre, og mellem 2012 og 2017 er der sket en vækst i antallet af ældre mellem 70 og 90+år (Ældre Sagen, 2017). Denne vækst har betydning for hele samfundet både samfundsmæssigt og økonomisk, idet der er en stigning i ældre på arbejdsmarkedet i længere tid, men dermed også en større efterspørgsel på hospitalssenge og plejeboliger. I dagens Danmark ses der en generel tendens til, at jo ældre man bliver, desto større er sandsynligheden for, at man er flyttet i ældre- eller plejebolig. Men denne stigning og aldersgrupperne hertil er også under forandring. Det er en mindre del af de ældre, der bor i plejebolig eller på plejehjem, hvilket har bevirket en afvikling af plejehjem de seneste år. Det er først i aldersgruppen 80+-årige at man ser en større andel, der bor i plejebolig. Andelen af ældre der bor i parcelhuse falder med alderen, mens andelen af ældre, der bor i etageboliger og i række- kæde- eller dobbelthuse stiger med alderen, hvilket kan sættes i forbindelse med andelen af ældre, der bor i ældre- og plejeboliger også stiger med alderen (Ældre Sagen, 2017).

I Danmark er der på nuværende tidspunkt omkring 1 million danskere over 65 år og ifølge statistikken vil dette stige til omkring 1,5 millioner inden 2044. I forlængelse af dette bliver der dagligt leveret 800.000 offentlige måltider til offentlige institutioner i hele landet, hvor ca. 50% af disse bespiser ældre over 65 år (Madkulturen, 2018). I Danmark skal kommunalbestyrelsen jf. serviceloven tilbyde madservice såfremt man lever op til kommunernes kriterier for, om man er berettiget til denne ydelse (Serviceloven paragraf 83; Ældre Sagen 2017). Madservice betales af borgeren selv med et maksimum beløb på 52 kr. pr. hovedret. Beløbet kan variere fra kommune til kommune og lige såvel som at det også er op til hver enkelt kommune at beslutte, hvilken madservice de hjemmeboende skal tilbydes. På nuværende tidspunkt leveres der mad til hjemmeboende ældre én gang om ugen i ca. 1/3 af landets kommuner og ca. 2/3 får leveret maden kold, hvorpå de selv skal opvarme denne. Kun 2 kommuner, Dragør og Læsø, tilbyder varm, daglig mad som eneste tilbud og kun en enkelt kommune tilbyder at levere varmt mad dagligt, til ældre, der ikke selv kan opvarme maden. På trods af at et måltid leveres varmt, er det ikke garanti for, at det er frisklavet. Oftest produceres maden til nogle dage ad gangen og opvarmes umiddelbart før levering hos borgeren. Varmholdt mad kan let opnå en kritisabel kvalitet, da både varme og

oxidation påvirker maden negativt. Allerede efter meget kort varmholdning er vandopløselige vitaminer forsvundet, ligesom både smag og farve også påvirkes negativt ved blot en times varmholdning.

Derudover er der også stor diversitet i udbuddet af leverandører rundt omkring i landet. I nogle kommuner har borgeren mulighed for at vælge mad fra op til seks forskellige leverandører, hvorimod op mod 16 kommuner kun har én leverandør (Ældre Sagen 2017).

Denne forskellighed i kommunale madtilbud til hjemmeboende ældre har skabt stor bevågenhed, hvorfor Folketinget i 2017 vedtog at afsætte 450 millioner kroner under temaet Bedre Mad Til Ældre hvoraf 25 millioner kroner er afsat til hjemmeboende ældre. Bord Dæk Dig projektet er udsprunget af denne pulje og har således modtaget støtte til at skabe ny og innovativ emballage, der kan favne nogle af de mest omdiskuteret problemstillinger på en ny og innovativ måde, således at borgeren oplever en bedre måltidsoplevelse, der kan fremme livskvalitet og trivsel i eget hjem.

## 5.0 Den Gode Hverdagsmad af Kirsten Skovsby

Den Gode Hverdagsmad er et koncept, der tager udgangspunkt i borgeren, som spiser den mad, der er tilberedt i Fælleskøkkenet. Det betyder, at maden er tilberedt af andre, nogle som den spisende måske ikke ved, hvem er. Er det ikke det, der sker, når man går på restaurant? Jo, men for Fælleskøkkenets kunder, er der den forskel, at de ikke selv har valgt, at de ikke længere selv har overskud til at tilberede mad eller at gå på restaurant.

Fælleskøkkenets kunder er visiteret til madservice, hvilket er et helt andet udgangspunkt for den enkelte i forhold til friske og raske mennesker med overskud, som vælger hvor og hvorledes de vil spise. I Fælleskøkkenet opfatter vi maden som et sprog, hvorigennem man kan udtrykke sig. Hvis man bliver frataget muligheden for selv at vælge, bliver det tydeligt for mange, hvilken betydning maden har. Derfor er det vigtigt, at man fortsat har mulighed for at vælge mad, der kan udtrykke, hvem vi er, og spise den i rammer som den enkelte kan identificere sig med. Måltidet er derfor meget mere end mad og næringsstoffer.

### 5.1 Den Gode Hverdagsmad

Den Gode Hverdagsmad bygger på tre grundværdier: Forholdet, tallerkenen og måltidet.

#### 5.1.1 Forholdet:

Forholdet skal være *trygt og vedkommende*.

Forholdet er koblingen mellem den, som har tilberedt maden, og den som spiser maden.

Et *trygt* forhold i forbindelse med mad er; når den spisende får serveret mad, som vedkommende er tryk ved. Den spisende skal være tryk ved og sikker på, at vedkommende ikke bliver syg af at spise maden. Det kan eksempelvis være det helt selvfølgelige, at maden er tilberedt under hygiejniske sikre forhold, eller det kan være en borger med behov for et stærkt diæt regime, hvor selv den mindste afvigelse kan have fatale konsekvenser. Her er det afgørende at den spisende kan stole på, at diæten er fuldstændig korrekt tilberedt.

Et *vedkommende* forhold opnås, når maden der serveres, modsvarer den spisendes behov. Det kan være i form af tilstrækkelige mængder af energi og næringsstoffer, for at dette behov kan opfyldes, fordrer det, at den spisende spiser maden. Væsentligt er det, at der serveres mad, som den spisende kan relatere til. Det vil sige, at maden skal modsvare den

madkultur, som vedkommende har. I Danmark er der store forskelle i madkulturen landet over. Selv på Lolland – Falster er der forskelle fra øst til vest og fra by til land. At mad er vedkommende, handler også om hvordan og i hvilke rammer den indtages – mere herom i omtalen af måltidet.

### **5.1.2 Tallerkenen:**

Det der serveres på tallerkenen skal være *veltilberedt* og *velsmagende*.

At mad er *veltilberedt*, vil sige at det er tilberedt ud fra grundmetodikker. At den der tilbereder maden har et højt fagligt niveau og kender retternes særlige karakteristika og tilberedningsteknikker. Et lille eksempel; en dygtig medarbejder i plejen, som ikke har rødder i dansk madkultur, er på arbejde i julen og serverer ris a la mande med kirsebær sauce. Dette serveres koldt, dog med kirsebærsaucen lun. Nogle uger senere skal samme person servere risengrød. De to retter ligner hinanden, hvorfor plejeren i bedste mening serverer risengrøden kold. At maden er *velsmagende* betyder for Fælleskøkkenet, at det er mad som rummer de fem grundsmage; salt, surt, sødt, bittert og umami i et balanceret forhold. Det vil sige, at det er mad, som er vel tilsmagt, at det er mad, som er velduftende og at det er mad, som giver en god mundfølelse. At det er mad, som giver en god følelse i kroppen hos den spisende, dvs. at det skal give en god mæthedfølelse uden at ligge for tungt. Endelig er det mad, som ser godt ud på tallerkenen. Det første som motiverer den spisende til at spise er, at maden ser indbydende ud, og modsvarer den spisendes forventninger til mad.

### **5.1.3 Måltidet:**

Måltidet er oplevelsen, rammen for at spise maden, en oplevelse som skal være *varieret* og *nærværende*. En *varieret* måltidsoplevelse vil sige, at den spisende ud fra måltidet skal kunne finde ud af tidspunktet på døgnet og hvor på året, det er. Her i Norden er dette elementært, da der er meget forskel på de fire årstider – og alligevel anvender vi i dag så mange importerede fødevarer, at det kan være vanskeligt at adskille årstider alene ud fra fødevarerne. Derfor må retterne og menu-sammensætningerne vise årstiden. Variationen kan også findes i overraskelsen. Et varieret måltid må gerne vække sanserne og motivere til

at prøve det uprøvede. En *nærværende* måltidsoplevelse, er en oplevelse med omsorg. Den spisende skal opleve, at her er der nogle, som har gjort sig umage med at tilberede maden netop til vedkommende. Måltidet skal skabe en pause og et højdepunkt på dagen, og for mange er måltidet også et socialt samlingspunkt.

**5.2 Den Gode Hverdagsmad** er en kompleksitet af mange elementer, vigtigt er det, at det er den spisende, der er udgangspunkt og omdrejningspunkt for planlægning og tilrettelæggelse af måltider.

I Fælleskøkkenet er der arbejdet med denne udfordring de seneste tre år. Fælleskøkkenet er etableret og taget i brug i januar 2014. Før det havde kommunerne forskellige forplejningsløsninger, nogle plejecentre havde egne køkkener, mens andre modtog mad fra mindre centralkøkkener. I foråret 2016 er der overblik og overskud i Fælleskøkkenet I/S til også at koncentrere sig om samarbejdet med personalet i plejecentrene, med hensyn til at optimere den oplevede kvalitet af maden og måltidet, med udgangspunkt i mulighederne på de enkelte plejecentre, borgernes behov og ønsker, samt plejepersonalets målsætning for den gode pleje omkring måltidet.

Fælleskøkkenet ønsker et samarbejde mellem alle interessenter med fokus på borgernes behov og ønsker. Et sådant samarbejde udfordrede de eksisterende strukturer for ledelse og opgavernes udførelse, da det ville gå på tværs i den enkelte kommune og på tværs af begge kommuner. Både Lolland og Guldborgsund Kommune var meget åbne og villige for at prøve at skabe udviklingsprojektet Den Gode Hverdagsmad.

Projektets formål var at sikre kvalitet i alle led fra råvarer til færdig ret på tallerkenen, og at optimere kvalifikationer hos de medarbejdere, der arbejder med frembringelse af maden og måltidet. Målet var at sikre borgerne på plejecentrene og i cafeteriaerne gode måltider, der imødekommer deres behov, således at der sikres god ernæring, velsmag og livsglæde gennem måltiderne. Formelt blev der nedsat en styregruppe og arbejdsgrupper, hvor alle interessenter bidrog med forskellige kompetencer. Styregruppen besluttede at få udarbejdet en analyse af området, og på den baggrund beslutte aktiviteter og indsatsområder.

Analysen havde til formål at identificere de steder i værdikæden fra råvare til måltid, hvor der var måltidskvalitet at hente. Analysen tog udgangspunkt i borgerens behov og ønsker, og blev derfor funderet i observationer af måltidssituationer ude på kommunernes

plejecentre, foruden samtaler med plejepersonale, med ledelse og medarbejdere i Fælleskøkkenet, samt dialog med projektets styregruppe.

Der har været besøg på 10 plejecentre i de to kommuner, fordelt på fem observationsdage. Besøgene er sket i juni og august 2016. Der har været besøg i Fælleskøkkenets produktion to gange. Analysen anviste 10 anbefalinger, som de efterfølgende aktiviteter har taget afsæt i.

I Fælleskøkkenet igangsatte vi to aktiviteter, en intern og en målrettet, vores samarbejdspartnere på plejecentrene. Den interne indsats var at udvikle et korps af smagsdommere – analysen viste, at der blev tilberedt god mad, men at smag og konsistens ofte afhang af personen som havde tilberedt det. Det betød, at den oplevede spisekvalitet på den samme ret kunne variere, selv om opskriften blev fulgt hver gang. Målet med smagsdommerne var, at de kunne tage den organoleptiske temperatur (den sansemæssige opfattelse af fødevarer via syn, følelse, smag og lugt), vurdere smag, konsistens og udseende, sikre ensartet kvalitet og endelig godkende produkterne. En af de største udfordringer har været at skabe en ensartet tolerance, at kalibrerer en gruppe medarbejdere, så en ret er tilsmagt til et ensartet niveau, uanset hvem der har tilsmagt. Dette arbejder vi stadig med at forfine.

Fælleskøkkenets indsats målrettet samarbejdspartnere på plejecentrene, skulle være gennem køkkenvennerne. For at nå målene med Den Gode Hverdagsmad skal Fælleskøkkenet sammen med plejecentrene sikre, at der tages udgangspunkt i den spisendes behov både på plejecentrene og i Fælleskøkkenet I/S. Kostfaglige og SOSU-medarbejdere på plejecentrene i begge kommuner har, gennem efteråret 2017, deltaget i et kursusforløb. Kurset handlede om måltidet og værtsskab. Det blev aftalt, at dette skulle følges op med møde mellem plejepersonalet og køkkenvenner fra Fælleskøkkenet. På disse møder kunne plejepersonalet tage problemstillinger op, som var vedkommende for dem i hverdagen. Køkkenvennerne kan vejlede i forhold til mad og måltidsfaglige, samt lettere diætiske spørgsmål. Gennem inspiration i anvendelsen af Fælleskøkkenets mange tilbud, være med til at sikre, at borgernes ønsker og behov i videst muligt omfang imødekommes. Det kan også være, at plejepersonalet efterspørger en ydelse eller et produkt, som ikke findes på hylden hos Fælleskøkkenet, som køkkenvennen så kan bringe med tilbage til Fælleskøkkenet, der kan arbejde videre med ideen.



Grundværdierne i Den Gode Hverdagsmad, vil vi i Fælleskøkkenet også meget gerne sikre anvendt, i forhold til vores fritvalgsborgere (borgere der modtager madservice i eget hjem). Projektet Bord Dæk Dig, skal medvirke til at forbedre oplevelsen af måltidet hos disse borgere. Vi glæder os meget til at arbejde videre, fordi maden og måltidet også har stor betydning for borgere der modtager madservice.

## **6.0 Forskning indenfor området af Aalborg Universitet**

Dette afsnit giver et overblik over rapporter og analyser, som Bord Dæk Dig projektet ønsker at belyse særligt i forhold til det overordnede tema; Bedre Mad Til Ældre.

### **6.1 'Meninger om mad og måltider blandt ældre i eget hjem - en kvantitativ undersøgelse af ældres måltider, sociale rammer, funktionsevne og livskvalitet'.**

Aarhus Universitet, udarbejdet for Miljø- og Fødevareministeriet 2017.

Rapporten er udarbejdet af Aarhus Universitet for Miljø- og Fødevareministeriet (2017) og undersøger blandt andet de ældres meninger og tilfredshed i forhold til madens kvalitet, måltidets rammer og madrelateret livskvalitet. Rapporten adspurgte både selvhjulpne ældre og ældre som modtager madservice og selvom 60% af de ældre visiteret til madservice generelt var tilfreds/meget tilfreds med mad fra madservice, var der stadig en forskel med tilfredsheden af mad lavet i hjemmet kontra mad leveret af madservice. De ældre i rapporten giver udtryk for at især variation, duft/smag, Kryddring og konsistens er vigtige parametre, som kunne gøre en forskel for tilfredsheden. Ligeledes ønsker de ældre at madservice tilbyder flere valgmuligheder og at danske og årstidens råvarer er vigtigt/meget vigtigt.

Rapporten fokuserer ydermere på måltidets rammer, hvor mange ældre angiver at pæn bordopdækning ikke er vigtigt for dem og at det derfor ikke sker til hverdag, kun ved gæstebesøg. Der rapporteres desuden at 60% af de ældre, der er visiteret til madservice aldrig spiser af emballagen og for ca. halvdelen af de ældre, er det vigtigt, at maden bliver anrettet indbydende.

På baggrund af adskillige parametre, der inkluderer ovenstående, konkluderer rapporten at selvhjulpne ældre uden anden hjælp har en signifikant højere madrelateret livskvalitet sammenlignet med de øvrige visitationsgrupper, hvor ældre visiteret til madservice i mere end et år har den laveste madrelateret livskvalitet (Bjerge et al. 2017).

## **6.2 'Hver tredje kommune leverer kold mad én gang om ugen'. Ældre Sagen 2017**

Ældre Sagen har foretaget en analyse af kommunernes kvalitetsstandarder for madservice til hjemmeboende ældre. Analysen giver et indblik i leveringshyppighed, muligheden for at modtage varm mad og muligheden for fritvalgsbevis. Ifølge analysen er der stor diversitet i den madservice, de hjemmeboende ældre får tilbudt både kommunalt og regionalt. Disse parametre er ifølge Ældre Sagens analyse med til at bidrage til ældres måltidsoplevelse. Ældre sagen mener samtidig at de ældre skal have større indflydelse på, den mad de får leveret til hjemmet og at disse parametre skal tages alvorligt, således at man kan skabe kvalitet og appetitlighed og undgå ernæringsmæssige problemstillinger hos de hjemmeboende ældre (Ældre Sagen 2017).

### **6.3 SMAG - Skønne Måltider til Alle Gamle. Hvidbog om nærende måltider med kulinarisk kvalitet til ældre.** Københavns Universitet i samarbejde med Madkulturen. Januar 2015.

Hvidbogen er udarbejdet på baggrund af stigningen af ældre i Danmark, problemstillingen omkring underernærede ældre og med fokus på at højne den kulinariske kvalitet, således at de ældre kan klare sig selv længere og bedre på egen hånd i eget hjem.

Hvidbogen beskriver hvilke udfordringer, der kan være i forbindelse med at opretholde kulinarisk kvalitet i madservice. Disse udfordringer er blandt andet aldersbetinget ændringer i fysiologiske, sensoriske og sociale forhold, som alle påvirker de ældre, deres måltid og deres appetit.

Hvidbogen fokuserer på underernærede ældre og forsøger at komme med bud på hvorledes man kan ændre på denne tendens. Madservice er et aktuelt tilbud til ældre og er ifølge rapporten også med til både at opretholde og rette op på en eventuel problematisk ernæringstilstand. Hvidbogen konkluderer blandt andet at mangel på faglige kompetencer, ledelsesopbakning, tværfagligt samarbejde, ansvarsfordeling, økonomisk incitament og inddragelse af ældre ift. mad, måltidet og underernæring, generelt kan ses som nogle af problemfaktorerne og at måltidets kvalitet og tilgængelighed, måltidsoplevelsen, borgeren, faglige kompetencer, økonomi og politik alle er parametre, der er værd at inddrage for at komme denne underernæring til livs.

Måltidets kvalitet, Måltidets tilgængelighed og Måltidsoplevelsen er interessant og relevant i forhold til Bord Dæk Dig projektet. Vi ved, at i takt med at alderen stiger, er der en tendens til at appetitten falder, smag og lugtesans ændres, den sensoriske hukommelse svinder og modvilje mod nye fødevarer øges. Desuden bliver måltidets tilgængelighed også mærkbar i den forstand, at fødeindtagelsen bliver sværere og problemer med fødeindtagelse kan skabe udfordringer for den ældre. Både Måltidets tilgængelighed og kvalitet er begge vigtige parametre, som har en rolle på måltidsoplevelsen og hvorvidt den ældre får tilstrækkeligt at spise. I projekt Bord Dæk Dig ønsker vi at højne denne oplevelse ved at udvikle en ny emballageprototype, der kan holde på maden og alle dens kvaliteter og samtidig giver den ældre en måltidsoplevelse, der kan højne, lysne og forbedre den ældre livskvalitet på sigt.

## **7.0 Afslutning af Aalborg Universitet**

Baseret på den historiske udvikling i det danske samfund set i forhold til ældres levevilkår, spisevaner og måltidssituationer, samt den nuværende tilstand i dansk madservice fra både produktionens og de ældres synspunkt kan denne rapport konkludere, at der overordnet set er styr på maden. At mange centralkøkkener i dag er i stand til at levere god, sund og spændende mad til konkurrencedygtige priser. Men hvad med de resterende aspekter af et måltid? Hvordan får vi alle parametre, der kan stimulere livskvaliteten hos den enkelte ældre, ind i hjemmet?

I Bord Dæk Dig projektet ønsker vi at udvikle en emballage prototype, der kan højne ældres livskvalitet og fremme trivslen i eget hjem. Vi fokuserer på måltidet som en helhed, hvori emballagen er en vigtig aktør, som indtil nu ikke har fået den nødvendige fokus.

Det er vores ambition at skabe prototyper på en emballage, der kan favne alle aspekter af måltidet fra produktion til bordet hjemme hos den ældre. Vi arbejder ud fra det formål at udvikle en æstetisk, bæredygtig og innovativ emballering af maden til ældre, som giver den ældre en hjemlig og vedkommende måltidsoplevelse.

## 8.0 Litteratur

Ax, Christina Folke. "Kost og kystsamfund" i: Hyldtoft, Ole (red.). *Kost Og Spisevaner i 1800-Tallet*. Museum Tusulanums Forlag, 2009.

Bastholm, Hans. *Theoretisk Og Practisk Anviisning Til Fattigvæsnets Hensigtsmæssige Bestyrelse i Danmark Uden for Hovedstaden Saavel i Kjøbstæderne Som Paa Landet*. Peter Magnus Kgl. privil. Bogtrykker, Slagelse, 1817.

Begtrup, Erik. *Ny Diætbog for Fordøielsessygdomme. Praktisk vejledning i Madens Sammensætning og tilberedning*. København, 1933.

*Betænkning om arbejdsanstalterne afgivet af Udvalget angående forsorgen for de i forsorgslovens kapitler XXIV-XXVII omhandlede personer*, nr. 220, 1959.

Bjerge et al. 2017 'Meninger om mad og måltider blandt ældre i eget hjem - en kvantitativ undersøgelse af ældres måltider, sociale rammer, funktionsevne og livskvalitet' af Aarhus Universitet, udarbejdet for Miljø og Fødevarerministeriet 2017.

Boyhus, Else-Marie. *Komfuralderen*. Wormianum, 1978.

Christiansen, Johanne. *Rationel Sparekøgebog, Beskyttende Kost*. Bd. I-II 1940.

Danmarks Statistik. *Nyt Fra Danmarks Statistik – Pleje- og ældreboliger 2005*. Nr. 426, 6. oktober 2005. Danmarks Statistik, 2005

Enevoldsen, Henning og Sloth, Evald. *Solgården, Hundborg, 25 års Jubilæum*. Solgården, Hundborg, 1992.

Hansen, Else. "Dengang Lavede Vi Det Hele Selv ...". *Økonomapersonalets og Økonomaforeningens Historie før 1960*. Økonomaforeningen, 1991.

Hansen, Else. *Fra Skånekost Til Menuvalg, Økonomapersonalets Og Økonomaforeningens Historie Fra 1960-1992*. Økonomaforeningen, 1993.

Hansen, Mette Greve. *Forsørgelses- og Tvangsarbejdsanstalten i Aalborg 1893-1963: fra genopdragelse til resocialisering*. Speciale. Aarhus Universitet, 2007.

Holm, Lotte. "Måltider på hospitalet". I: Holm, Lotte (red.). *Mad, mennesker Og måltider - Samfundsvidenskabelige Perspektiver*. 2. opl. Munksgaard Danmark, 2003.

Hyldtoft, Ole. *Mad, Drikke Og Tobak 1835-80, Forbrugsmønstre, Kultur Og Diskurser*. Museum Tusulanum, 2012.

Jensen, Tenna. "Fra Forfald Til Forbedring. Ændrede Opfattelser Af ældres sundhed i Danmark i Det 20. århundrede." *Kulturstudier*, vol. 5, no. 1, 2015, s. 55–74.

Jensen Tenna. "Mad til ældre i Danmark. Mangel og krig i tiden 1892-1945". I Hellvik Irene (red.), *Dansk Madhistorie: Mad i krig og krise*. Dansk Landbrugsmuseum: Dansk Landbrugsmuseums Forlag. 2014. s. 96-106.

Jørgensen, Harald og Københavns kommunes Socialdirektorat. *Fra Lemmestiftelse Til Moderne Plejehjem*. 1969.

Jørgensen, Harald. *Studier over Det Offentlige Fattigvæsens Historiske Udvikling i Danmark i Det 19. Aarhundrede*. Reprografisk genudg ed., Selskabet for Udgivelse Af Kilder Til Dansk Historie, 1975.

Kvist, Arne. *Hobro alderdomshjem fra herskabsbolig til fattiggård til alderdomshjem*. Sparekassen Hobro, 2006.

*Lov om Alderdomsunderstøttelse til værdige trængende udenfor Fattigvæsenet*: 9. april 1891. *Lov om Aldersrente*: Lov nr. 348 af 7. August 1922.

Madkulturen 2018: Ældre via <https://madkulturen.dk/velfaerd/aeldre/> tilgået d. 6. September 2018 København.

Nyrop, C. *Ved Alderstrøsts 50-Aars Jubilæum. 1862 - 26. Februar - 1912, Et Bidrag Til Haandværkerbevægelsens Og Navnlige Haandværkerforeningens Historie.* 1912.

Petersen, Jørn Henrik, et al. *Hjemmehjælpens Historie, Idéer, holdninger, handlinger.* Syddansk Universitetsforlag, 2008.

Rasmussen, Tove. *3 Pægle Suppe med 8 Lod Kjød – Dansk Hospitalskost før 1900.* Storkøkkencentret, Levnedsmiddelstyrelsen, 1987. Social-Demokraten. "Journalist-Besøg paa "Almindeligheden"". I *Social-Demokraten*, 15. december 1892, s. 2.

Skjødt, Ulla. *Ældreliv i plejebolig: et studie af ældres autonomi- og livssituation i den politiske tilrettelæggelse af plejeboligens rammer: ph.d.-afhandling.* Institut for Kultur og Samfund, Afdeling for Filosofi og Idehistorie, Aarhus Universitet, 2016.

Social-Demokraten. "Journalist-Besøg paa "Almindeligheden"". I *Social-Demokraten*, 15. december 1892, s. 2.

Statens Levnedsmiddelinstitut. *Mad Til Mange, Kostvejledning for Institutioner.* Teknologisk Instituts Forlag, 1968.

Steincke, K. K. *Socialreformen, En Kortfattet Oversigt.* Forlaget "Fremad", 1933.

Wingender, Nete Balslev. *Gammel Og Fattig, Skøn Og Ret i Den Tidlige Alderdomsforsorg 1891-1922.* Jurist- Og Økonomforbundet, 1994.

Ældrekommissionen. *Aldersforandringer – ældrepolitikens forudsætninger. 1. delrapport.* København, 1980.



Ældre Sagen 2017: Hver tredje kommune leverer kold mad en gang om ugen via - <https://www.aeldresagen.dk/presse/pressemateriale/nyheder/hver-tredje-kommune-leverer-kold-mad-en-gang-om-ugen> tilgået d. 6. September 2018 København.

Østsjællands Folkeblad. "Gratis Helbredsbog til byens ældre". I *Østsjællands Folkeblad*, 20. juni 1960, s. 4.

