



Mad- og Måltidspolitik

Samsø Kommunes Mad- og Måltidspolitik 2023

Forord



Vores mad- og måltidsvaner kræver politisk fokus i en tid, hvor tendensen er, at vi har en mere og mere travl hverdag. For at spare tid vælger vi de lette madløsninger og glemmer, hvad vi har lært igennem generationer om det gode hjemmelavede, ærlige og sunde måltid indtaget sammen med andre.

Politikerne i Samsø Kommune ønsker en Mad- og Måltidspolitik, der kan være med til at fremme en sund mad- og måltidskultur som en del af et godt liv i sund balance. Her er den.

En Mad- og Måltidspolitik skal ikke blot vise vejen, så børn, unge og ældre spiser sundt og trives. Den skal også fremme, at især børn og unge vokser op med en måltidskultur, de kan tage med sig videre i liv. Jeg håber, at Mad- og Måltidspolitikken bliver et godt udgangspunkt for alle til et sundere liv, og at den kan skabe nye og sundere handlinger, for eksempel i skolen, dagplejen, plejehjemmet og botilbuddet.

Med et fantastisk spisekammer på Samsø er råvarerne indenfor rækkevidde. Således kan vi sammen fremme en sund mad- og måltidskultur ved at række ud til hinanden.

Vores Mad og Måltidspolitik anvender to nye udtryk. *Madmod* og *maddannelse*.

Med madmod mener vi, at vi skal have modet til at smage på nye ting og vi skal have modet til at eksperimentere med og håndtere nye råvarer. Med maddannelse menes en livslang proces, der styrker vores viden om mad og evnen til at lave mad.

Mad- og Måltidspolitikken kan være med til at skabe flere madmodige børn, når vi som voksne viser vejen og selv er begejstrede og nysgerrige. Vi skal skabe og sætte de gode rammer for nysgerrigheden og inddrage børnene i måltidet. Det vi vækker i børnene på kort sigt – har også effekt på lang sigt.

Anita Elgaard Højholt Olesen – formand for Social- og Beskæftigelsesudvalget

Indledning

Med denne Mad- og Måltidspolitik ønsker Samsø Kommunes politikere at være med til at vise retningen for, hvordan vi skal arbejde med den kommunale mad og måltider. Samsø har fantastiske afgrøder, som naturligvis skal spille en stor rolle for, hvordan vi tænker mad og måltider fremover i kommunalt regi. Foruden stoltheden over at dyrke afgrøder af høj kvalitet, er det også det mest bæredygtige og klimabevidste valg.

Mad og måltider har stor betydning for vores fysiske, og mentale sundhed og hænger derfor tæt sammen med Samsø Kommunes andre politikker, i særdeleshed Sundhedspolitikken.

Måltidet har også stor betydning i vores alles dagligdag og kan sammen med fysisk aktivitet have stor indflydelse på vores sundhed og velbefindende. I en travl hverdag har måltidet indtaget en andenrangs-position, og er blevet glemt som noget der samler os og skaber fællesskab.

Samsø Kommunes Mad- og Måltidspolitik omfatter alle målgrupper. Det vil sige både børn, unge, voksne og ældre, som får serveret mad i alle Samsø Kommunes institutioner. Med afsæt i de nationale kostråd danner politikken grundlag for sikre gode og bæredygtige mad- og måltidsvaner, da vi ved, at det har stor betydning for indlæringsevnen og trivslen.



Vision

Samsø har madmod, fællesskab og bæredygtighed på menuen, produceret på råvarer fra den samske køkkenhave

Fællesskab

Ambitionen: Vi sætter særligt fokus på det sociale aspekt i måltidet, da det at lave mad og spise den sammen med andre er en social aktivitet, der kan samle mennesker og skabe fællesskaber.

Dette vil vi sikre gennem:

- At skabe gode fysiske og sociale rammer for måltidet
- Mulighed for måltidsfællesskaber, hvor det gode måltid og samvær er i centrum
- Mad og måltider på tværs af generationer, for eksempel i form af fællesspisning
- Styrkelse af værtskab ved måltider
- At skabe medindflydelse og ejerskab omkring måltidet
- At gøre det muligt for alle uanset alder og generel formåen at deltage i planlægningen og tilberedelse af måltidet





Maddannelse og madmod

Ambition: Vi sætter særligt fokus på maddannelse og madmod, som udvikler færdigheder, viden og bevidsthed om mad og måltiders betydning for vaner og madglæde.

Dette vil vi sikre gennem:

- Bevidsthed om, at madmod og appetit starter med øjnene og det visuelle
- Styrkelse af lokal madkultur, herunder fortsætte med brugen af lokale råvarer
- Respekt for borgeres præferencer, særligt i forhold til sygdom, allergi og forskellige diæter for at understøtte sundhed, livskvalitet og velvære
- Fortsætte kvalificeringen af det offentlige køkkenpersonales kompetencer
- At styrke gæsternes møde med samsk madkultur
- Udbredelse af viden om, hvad der er sund og nærende kost

Bæredygtighed

Ambitionen: Vi sætter særligt fokus på bæredygtighed og minimering af klimabelastning i produktionen af mad, og bruger så vidt muligt lokale og økologiske råvarer i sæson, da vi er stolte af vores samske køkkenhave.

Dette vil vi sikre gennem:

- Prioritering af lokale og økologiske råvarer
- Faste aftaler med lokale producenter
- Opnåelse af økologiske spisemærker i de kommunale køkkener
- Undersøgelse af muligheden for samarbejde og stordrift i de kommunale køkkener
- Fremme muligheden for bæredygtige valg, herunder at tilbyde kødfrie eller kødreducerede retter
- Mindske madspild i de kommunale køkkener
- Fremme børn og unges viden om økologi, fødevarer og bæredygtig madproduktion
- Udbredelse af forståelse for koblingen mellem naturen og den mad, vi spiser





Det sunde valg

Ambition: Viden og valg skal gå hånd i hånd, da sunde madvaner har stor betydning for at fremme og bevare et godt helbred, fysisk som mentalt.

Dette vil vi sikre gennem:

- Let adgang til sund, varieret og næringsrig mad
- Det sunde valg skal være let, attraktivt og tilpasset borgerens behov og ønsker så vidt muligt
- Det sunde valg skal være økonomisk tilgængeligt for alle
- Styrkelse af små børns ernæring, herunder arbejde med at opretholde den oplevede høje ammefrekvens på Samsø
- Tidlig opsporing i form af vurdering af ældres ernæringstilstand, f.eks. ved visitation til madservice
- Mulighed for samtale med ernæringsvejleder
- Oplysning om vigtigheden af mad- og måltidsvaners betydning for forebyggelse af overvægt og livsstilssygdomme

Mad- og Måltidspolitik

Samsø Kommunes Mad- og Måltidspolitik 2023

Ordentlighed – Anerkendelse – Tillid – Tydelighed

Fotograf Jeanette Philipsen

