

Erfaringer med Matgledekursene

Omsorg gjennom mat og måltider



**NORGES
KOKKEMESTERES
LANDSFORENING**



*” Ingen mat gir næring før
den er spist!”*

Oddveig Fossdal Drøpping,
klinisk ernæringsfysiolog



Mersmak for eldre ganer

- NKL og Kokkelandslagene er ydmyk overfor alt arbeidet som legges ned ute på institusjonene.
- Kartlegging av behov og ønsker for tema til inspirasjonskurs.
- I tett dialog med flere sentralkjøkken.
- Vårt fokus er ikke diettkost, men vi kommer med innspill til erstatninger av ingredienser når det faller naturlig





Behov for inspirasjon til

- Supper
- Middagsretter
- Poteter og grønnsaksretter
- Mer smak
- Desserter
- Mellommåltider
- Kaffemat og bakverk
- Mat for øyet
- «Kokk på post»





Målsettinger med kurset

- Lang ettersmak for de som har deltatt på inspirasjonskurset.
- Sosial og imøtekommende atmosfære på kurset.
- Mange gode smaksopplevelser.
- Inspirasjon til å prøve ut nye ideer i etterkant.
- Gode ambassadører for økt matglede.





Økt matglede

- Mange kroppslige funksjoner knyttet til fordøyelsen kan reduseres med årene.
- **Appetitten som vekkes gjennom øynene reduseres ikke!**
 - Maten må friste
 - Mindre porsjoner
 - Nye smaker
 - Mer smak
 - Små fristelser
 - Bruk av farger
 - Estetikk og presentasjon





Tilbakemeldinger kursdeltakere

Bakgrunnsinformasjon:

81 respondenter fordeler seg slik:

Kjønn:

Menn: 15 pers Kvinner: 67 pers

Alder: Gjennomsnittsalder: 43,3 år.

Stilling:

Kjøkkensjef 10 pers

Kokker 34 pers

Fagleder 4 pers

Kjøkkenassistent 9 pers

Fra avdeling/ post 24 personer (herav 1 ernæringsfysiolog)



Tilbakemeldinger kursdeltakere

Grad av tilfredshet

Spørsmål

På en skala fra 1 til 10 hvor 10 er best, gi uttrykk for dine opplevelser med kurset. Sett ring rundt det tallet som best stemmer overens med dine erfaringer:

I hvilken grad vil du anbefale kurset til andre?

1 2 3 4 5 6 7 8 **9 10**

Svar:

Gjennomsnitt er **9,5** av maks 10 poeng.

Det er ekstremt bra. Et så høyt mål på det du vil anbefale til andre er sjelden å oppnå.

Alt fra 8 og oppover regnes som veldig bra i denne sammenheng.



Tilbakemeldinger kursdeltakere

I en samlet vurdering, i hvor stor grad ble dine forventninger innfridd? 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Svar:

Gjennomsnitt er 9,5 av maks 10 poeng.

Her er forventningene innfridd.

I hvilken grad har kurset gitt deg inspirasjon til ditt videre arbeid?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Svar:

Gjennomsnitt er 9,1 av maks 10 poeng.

Kurset har hatt stor effekt mht motivasjon og inspirasjon til det videre arbeid.

*” Kurset gav meg motivasjon/ vilje
til å gjøre det lille ekstra for
brukere/ beboere ”*

” Dette har vært en fantastisk opplevelse. Langt over mine forventninger til kurset. Tusen, tusen takk! Dette skal vi anbefale!”

” Meget bra kurs som LMD skal ha all æren av. Nå skal jeg hjem og inspirere kokkene på institusjonen i Vesterålen. Tusen takk for at jeg fikk delta!”



Veien videre

- Det blir 8 nye kurs i løpet av våren.
- Kurshefte er utvidet med bakverk og modul for personell på post.
- Undervisningsfilmer er under arbeid.
- Filmer og oppskriftshefte vil være tilgjengelig på Landbruks- og matdepartementets sider.





De norske kokkelandslagene
2013-2017