



**Smart mat -
Folkehelse for
alle**

UNGE KOKKER

VI ER



Lag en handlingsplan

I dag skal dere begynne på en handlingsplan for deres bolig

Handlingsplanen skal inkludere minst tre konkrete punkter som kan følges opp og evalueres



Lag en handlingsplan

- En handlingsplan kan være en del av det systematiske ernæringsarbeidet
 - *Systematisk ernæringsarbeid handler om å etablere rutiner og systemer for god praksis*
- Skal være kunnskapsbasert og forankret i nasjonale retningslinjer og andre relevante dokumenter/planer
- Bør være så konkret som mulig og inneholder fordeling av ansvar samt tidsfrister
- Nyttig om handlingsplanen er nært knyttet opp mot praksis og hverdagen i boligen
- Handlingsplanen skal gi ernæringsarbeidet et løft!



1. Kartlegging

I starten må dere få en oversikt over hvordan situasjonen er nå.
Hva er utgangspunktet, og hvor skal vi begynne?

Aktuelle spørsmål å reflektere over kan være:

- Hva vet vi om ernærings situasjonen i boligen per i dag?
- Hvilke utfordringer står vi overfor?
- Hva er vår boligs matkultur?
- Er det behov for å etablere nye, skriftlige rutiner for deler av ernæringsarbeidet?
- Hvilke ressurser har vi?
- Vet de ansatte hvor de skal henvende seg ved ernæringsrelaterte problemstillinger?
- Hvem skal ha overordnet ansvar for at handlingsplanen følges opp?
- Skal det være én person blant de ansatte som har hovedansvar for ernæring?
- Eksisterer det en ernæringsstrategi, kommunal handlingsplan eller andre relevante dokumenter i kommunen/bydelen?



2. UTARBEIDE HANDLINGSPLANEN

Etter kartleggingen er det på tide å utarbeide selve handlingsplanen. Det er viktig å ha tydelige og konkrete målsettinger som er basert på det dere fant ut i kartleggingsfasen.

Aktuelle spørsmål å reflektere over kan være:

- Hva skal handlingsplanen inneholde? (Minst tre konkrete tiltak)
- Hvilke ressurser har vi kartlagt?
- Hvem skal involveres i arbeidet?
- Hva skal vi begynne med?
- Hva ønsker vi å oppnå med handlingsplanen?
- Hvordan skal vi sørge for brukermedvirkning og involvering?
- Hvordan skal handlingsplanen se ut, og hvordan skal den gjøres tilgjengelig?



3. IMPLEMENTERING

Når handlingsplanen er laget er det på tide å sette den ut i praksis. Det som gjøres de neste ukene følges opp og evalueres neste gang vi møtes på Zoom.

Det er viktig at dere har tydeliggjort hvordan arbeidet med handlingsplanen skal følges opp i denne perioden. Forsøk også å tenke mer langsiktig. Ernæringsarbeid er ikke noe man gjør i en begrenset periode, det er noe man må jobbe med jevnt og trutt i hverdagen.

Husk:

- Ledelsen må være med på laget
- Personalet, pårørende og brukere bør medvirke
- Fordel ansvar
- Vær realistisk

Lykke til! 😊





DETTE TROR VI PÅ

FOLKEHELSE OG MEDVIRKNING. SOSIAL LÆRINGSARENA.
MATLAGING ER RELASJONSBYGGENDE. UTVIKLE FERDIGHETER.

UNGE
KOKKER

