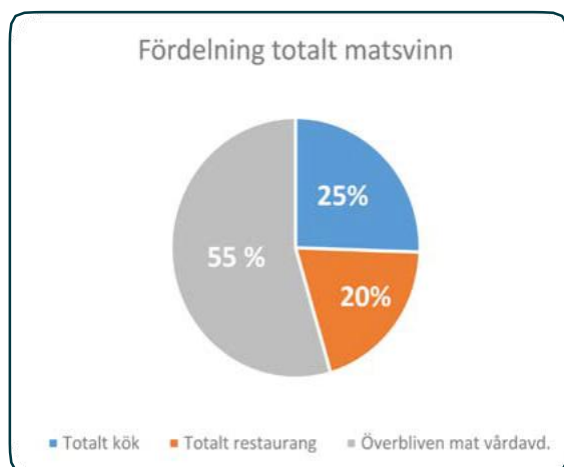


# Minska matsvinnet - vad kan du göra?

Matsvinn är mat som slängs men som hade kunnat säljas eller ätas om den hanterats annorlunda. Varje år slängs 1 miljon ton matavfall. Bara i Sverige. Om matavfallet skulle minska med 20 procent skull det innebära en samhällsekonomisk besparing på cirka 10-16 miljarder SEK/år.

Västra Götalandsregionen genomför matsvinns-mätningar på samtliga sjukhuskök fyra gånger om året. En stor del (55 %) av matsvinnet är orörd mat, det vill säga mat som inte kommer till en patient eller inte äts av en patient - var 7:e matbricka kommer tillbaka orörd! Vårt mål är att minska matsvinnet med 50 % fram till år 2016.



Fördelning av matsvinnet en genomsnittlig vecka på alla kök, restauranger och vårdavdelningar i Västra Götalandsregionens regi.

Det går inte att komma åt allt matsvinn men genom att bara beställa mat till de patienter som är på plats och att ha som regel att fråga patienten om vad de vill äta, är förhoppningen att man inte behöver slänga lika mycket mat i framtiden. Det gynnar både sjukhusets ekonomi och miljön. Likaså är det viktigt att tänka på patientens nutritionsstatus.

## DET HÄR KAN DU GÖRA FÖR ATT MINSKA MATSVINNET:

- Fråga patienten vad han/hon vill äta och hur mycket mat han/hon vill ha. Mat som man själv har valt är man mer benägen att äta. Olika personer äter också olika mycket.
- Beställ E-kost som är en liten portion men med mycket energi och näring till patienter som inte äter så mycket.
- Beställ Lilla målet för den som inte orkar äta en stor middag på kvällen.
- Tänk på att måltiden bör intas i lugn och ro, samt presenteras fint. Det kan avgöra om maten blir uppäten eller inte.
- Beställ enportionsrätter från köket att ha i frysen som reserv.

## Du vet väl att:

- lunch går att avboka samma dag
- middag går att avboka samma dag
- lunch och middag kan beställas dagen innan
- specialkost lunch och middag kan beställas fram samma dag

För specifika tider se respektive sjukhus.

- Mat är en del i den medicinska behandlingen - god och behovsanpassad mat, som patienten äter upp, bidrar till bra vård, främjar tillfrisknandet och förhindrar undernäring.\*