

Linnéa Hellström  
Kostenheten

2023-11-28

Dnr: RS/291/2023

# Kostpolicy för Region Jämtland Härjedalen

## 1 Inledning

Vad vi äter, när vi äter och hur vi äter påverkar vår hälsa och vårt välbefinnande både idag och på lång sikt. Mat och måltider ska vara en källa till glädje, social kontakt och avkoppling. Med mat<sup>1</sup> avses alla ämnen som vi behöver för att fungera och leva. Region Jämtland Härjedalen har många verksamheter där mat och måltider är en viktig del för patienter, medarbetare, studerande vid folkhögskolor och medborgares hälsa och välmående.

Kostpolicy för Region Jämtland Härjedalen klargör vilka förväntningar som är realistiska att ställa på mat och måltider som serveras i Region Jämtland Härjedalen. Policyn anger övergripande inriktning och ambitionsnivå för verksamheter med ansvar för att säkra en likvärdig kvalitet för patienter och medborgare. Region Jämtland Härjedalen ska i all verksamhet erbjuda Den goda & hållbara måltiden. Den goda & hållbara måltiden definieras som; *Den goda & hållbara måltiden är för den enskilde individen tilltalande och hälsosam och intas i en trivsamt miljö. Den är miljö- och klimatanpassad<sup>2</sup>, energieffektiv och bidrar till en hållbar utveckling<sup>3</sup>.*

Kostarbetet inom Region Jämtland Härjedalen styrs av lagar, riktlinjer och föreskrifter på EU-nivå och nationell nivå samt utifrån interna styrdokument. Däribland Livsmedelsverkets Nationella riktlinjer för måltider på sjukhus, Regional mat och livsmedelsstrategi i Jämtland Härjedalen samt Långsiktig utvecklingsplan för miljö (LuP miljö).

Nutritionarbete inom Region Jämtland Härjedalen styrs genom beslutade riktlinjer som tagits fram tillsammans med länets kommuner. Socialstyrelsens kunskapsstöd utgör basen för nutritionsvården.

## 2 Värdering

Ett bra näringstillstånd är en förutsättning för hälsa och välbefinnande och ses därmed som både sjukdomsbehandlande och hälsofrämjande. Rätt sammansatt och individanpassad kost

<sup>1</sup> Enligt Socialstyrelsen kan mat inom hälso- och sjukvården ses som en viktig del av omvårdnaden och kan under vissa omständigheter tillmätas lika stor betydelse som annan behandling.

<sup>2</sup> I Kostpolicy för Region Jämtland Härjedalen används begreppet miljö/miljöanpassad. Det innefattar även klimat/klimatanpassad.

<sup>3</sup> Brundtland-kommissionens definition av hållbar utveckling. *En hållbar utveckling är en utveckling som tillfredsställer dagens behov utan att äventyra kommande generationers möjligheter att tillfredsställa sina behov.*

Linnéa Hellström  
Kostenheten

2023-11-28

Dnr: RS/291/2023

tillgodoser människors energi och näringsbehov och minskar risken för undernäring och kostrelaterade sjukdomar. Arbetet med kost inom Region Jämtland Härjedalen organiseras med fokus på hög och jämn kvalitet, miljö samt val av råvaror.

Upphandling ska, där så är möjligt, ske med krav och villkor i tillämpliga delar med hänsyn till bland annat ekonomi, kvalitet, miljö och sociala hänsyn. Region Jämtland Härjedalen ska i första hand välja hållbara alternativ vid upphandling av råvaror. Hållbara råvaror stärker självförsörjningsgraden i kris och höjer därmed länets försörjningsberedskap.

## 2.1 Mål för hälsa och miljö

Det övergripande målet i Folkhälsopolicyn för Jämtlands län är att skapa bästa möjliga förutsättningar för varje medborgare i vårt län ska kunna känna ett välbefinnande och bevara den goda hälsan utifrån sina egna möjligheter. Dessutom ska hälsan vara jämlikt och jämställt fördelad. Enligt Region Jämtland Härjedalens miljöpolicy ska regionens miljöarbete vara ett föredöme i Sverige och internationellt. En Kostpolicy för Region Jämtland Härjedalens är ett redskap i arbetet med att tillämpa strategier och nå beslutade mål.

## 2.2 Kostarbete i Region Jämtland Härjedalen

Region Jämtland Härjedalen ska vara en region att längta till och växa i. Organisationen ska arbeta för utveckling och tillväxt i Jämtland Härjedalen och erbjuda alla boende och besökare en hälso- och sjukvård av hög kvalitet. All verksamhet ska kännetecknas av välkomnande, handlingskraft och pålitlighet.

Region Jämtland Härjedalen har flera olika verksamheter runt om i länet av olika storlek och med varierande målgrupper. Genom att skapa rätt förutsättningar ska personalen erbjudas flexibilitet och kulinarisk kreativitet för att på så sätt vara en bra arbetsgivare.

För arbetet gällande kost innebär detta att Region Jämtland Härjedalen i alla sina verksamheter ska tillhandahålla:

- Den goda & hållbara måltiden
- Hälsöfrämjande och sjukdomsförebyggande måltider enligt Nordiska ministerrådets näringsrekommendationer (NNR). I de nordiska näringsrekommendationerna beskrivs det matvanor som är bra för hälsan på både kort och lång sikt. Dessutom anges rekommenderade intag av olika näringsämnen och energi för olika grupper samt rekommendationer om fysisk aktivitet. NNR har antagits som de officiella rekommendationer som används i Sverige.

Linnéa Hellström  
Kostenheten

2023-11-28

Dnr: RS/291/2023