



Pressemeddelelse

Fredag 27. september 2024

Grønne hitretter på københavnsk plejehjem

Plejehjemmet Bispebjerghjemmet i København er på en grøn køkkenrejse. Det kræver masser af gåpåmod, kreativitet og en kulturændring, hvor man indtænker måltidet som en del af plejen.

Siden Kirstine Balskilde Nielsen tiltrådte som afdelingsleder, for Bispebjerghjemmets køkken- og rengøringsteam for tre år siden, har hendes mission været at skubbe plejehjemmets måltider i en mere grøn retning sammen med hendes seks ansatte.

Med en målgruppe, der primært er +80 år, kan det være svært at skabe nye madvaner og skabe nye livretter. Ifølge Madkulturens [undersøgelse af danskernes madvaner](#), svarer 74% af de adspurgte mellem 65 og 80 år, at der indgår kød i et typisk aftensmåltid, mens 9% bruger bælgfrugter i deres madlavning.

"Borgerne på Bispebjerghjemmet har forskellige forudsætninger og erfaringer med grøn mad, så vores opgave er at gøre maden genkendelig og involvere borgernes sanser. De kan f.eks. selv tilføje friske urter til maden, og så står vi klar til at snakke om, hvad de har på tallerkenen. Selvom mange foretrækker traditionelle retter som medister og flæskesteg, bruger vi samtale og sanseoplevelser til at skabe tryghed ved de grønne retter," forklarer Kirstine Balskilde Nielsen.

Blandt de populære grønne retter på Bispebjerghjemmet er svampebourguignon, selleribøffer, dhal og kartoffelpandekager samt retter med gulerødder og blomkål i forskellige former.

Måltider som en del af plejen

For de småt spisende ældre er det vigtigt at sikre den daglige næring, og på Bispebjerghjemmet arbejder de på, at måltiderne er en integreret del af plejen. Sansekasser, smagedage, en åben køkkenhave og sange om sæsonens frugt og grønt støtter borgernes aktive inddragelse og deltagelse i måltiderne.

"Maden er en stor del af plejen, og vi introducerer derfor også vores tilgang for plejepersonalet. Vi følger kommunens mad- og måltidsstrategi, som er ambitiøs, og som samtidig giver opbakning og mening for borgere og medarbejdere. Én ting er sikkert: det kræver et tæt samarbejde mellem køkken- og plejepersonalet," siger Kirstine Balskilde Nielsen.

Bispebjerghjemmet arbejder hele tiden på at udvikle sig, og som led i denne kulturudvikling har Kirstine Balskilde Nielsen indført køkkenbesøg som en del af onboardingen af nyt plejepersonale. Køkkenets medarbejdere spiser også regelmæssigt med på afdelingerne, og plejen og køkkenet har faste madmøder for at holde fokus på at få den gode mad spist. Målet er at skabe en endnu stærkere sammenhæng mellem måltiderne og den øvrige, daglige pleje.



Pressemeddelelse

Fredag 27. september 2024

Faktaboks: Kirstines tre råd til en grøn køkkenrejse

- Få ledelsesopbakning. Uden den er det svært at rykke ved den grønne dagsorden på arbejdspladsen.
- Inddrag plejepersonalet. Ved at give sin viden videre til plejepersonalet, bliver det muligt at skabe en samtale med borgeren om måltidet.
- Tal til borgernes sanser. Måltidet kan blive en sanselig oplevelse, hvis borgerne selv får lov til at toppe med urter, vælge egen mad eller ved at variere grøntsagernes smag, form og tekstur.

Hverdagens grønne frontløbere - mød dem LIVE

Bispebjerghjemmet er blevet udvalgt som del af Planteløftet, der skal inspirere andre offentlige køkkener til at øge brugen af økologiske planter på tallerkenen.

Kirstine Balskilde Nielsen, og holdet bag Bispebjerghjemmets køkken, er derfor grønne madfrontløber og -stjerner, når Planteløftet sender live webinar onsdag 2. oktober kl. 13.00-14.00. Her deler Kirstine blandt andet opskriften på den populære kartoffelpandekage, mens hun tilbereder et udvalg af deres populære grønne retter.

[Læs mere om Planteløftet her.](#)

For yderligere information, kontakt venligst:

Trine Krebs
Grøn Chef i Food Organisation of Denmark
E-mail: trine@thefoodproject.dk
Telefon: 26713254

Agnete Malene Boye
Kommunikationsrådgiver i Food Organisation of Denmark
E-mail: agnete@thefoodproject.dk
Telefon: 31393264