

MAT

10-21 september 2025



KONFERENSEN
ÄR KOSTNADSFRI MEN
ANMÄLAN KRÄVS.
MER INFO FINNS PÅ
[MATSMALAND.SE](https://matsmaland.se)

Kunskapsdagarna MAT2025

I höst är det återigen dags att samlas kring det som förenar oss – maten. MAT och Kunskapsdagarna 10–12 september är en inspirerande mötesplats för dig som arbetar med mat, hälsa, hållbarhet och beredskap. Tillsammans utforskar vi hur vi genom engagemang och konkret handling kan bidra till en omställning i alla delar av livsmedelssystemet – för både dagens och morgondagens generationer.

Anmälan sker via QR-koden på sista sidan. Du kan också anmäla dig på matsmaland.se.

Måltider på särskilt boende – ett tillfälle för näring och njutning?

I lokala styrdokument runt om i landets kommuner kan vi läsa samma sak. Måltiderna i äldreomsorgens särskilda boenden ska vara anpassade efter individens behov, och ge både näring och välbefinnande. De ska utgöra ett positivt avbrott i vardagen och bidra till glädje, gemenskap och meningsfullhet.

Dagens presentationer lägger fokus på olika perspektiv av måltiden som vi behöver ta hänsyn till för att lyckas nå dit. Dagen avslutas med en gemensam dialog och sammanfattning av dagen. Vår förhoppning är att denna dag kan ge dig både kunskap och inspiration till att utveckla måltiderna på det särskilda boende där du arbetar.

PLATS
Galaxen
Växjö
Stadsbibliotek

NÄR?
11 september
12:30-16:30

Föreläsningar



MAT OCH MÅLTIDER PÅ SÄRSKILT BOENDE OCH MÖTET MED DE ÄLDRES LIKHETER OCH OLIKHETER

Föreläsningen utgår ifrån sociala och kulturella perspektiv på mat och måltider med fokus på äldre, deras vanor, önsknings och behov. Här lyfts både likheter och olikheter fram för att ge en nyanserad bild av gruppen äldre med omsorgsbehov och deras möte med maten och måltiderna på särskilt boende.

Föreläsare: Ylva Mattsson Sydner, professor emeritus i kostvetenskap vid institutionen för kostvetenskap, Uppsala universitet



PROTEINKÄLLOR I ÄLDREOMSORGEN – NÄRINGSBEHOV, HÄLSA OCH PRAKTISKA UTMANINGAR

Medan skiftet från animaliska till vegetabiliska proteinkällor ofta är okomplicerat bland yngre offentliga matgäster – såväl ur närings- som hälsosynpunkt – innebär samma skifte betydligt större utmaningar inom äldreomsorgen. Denna föreläsning lyfter varför animaliskt protein kan vara att föredra för äldre personer, och hur olika proteinkällor påverkar hälsa, kroppssammansättning och näringsstatus. Fokus ligger på aktuella forskningsrön, praktiska exempel och en nyanserad diskussion om hållbarhet, kvalitet och behov i måltider för äldre personer.

Föreläsare: Mikael Karlsson, leg. dietist och med.dr i nutritionsepidemiologi, Region Örebro län



VARFÖR SMAKAR DET INTE SOM FÖRR?

Föreläsningen belyser våra fantastiska sinnen, vad som händer med våra sinnen när vi blir äldre och huruvida det kan påverka måltidsupplevelsen. Och varför gillar vi egentligen den mat vi gillar? I föreläsningen får du veta mer om olika faktorer som formar våra preferenser.

Föreläsare: Pernilla Sandvik, docent i kostvetenskap, Uppsala universitet



UTFALLSMÅTT FÖR UNDERNÄRING – HUR SER FÖREKOMSTEN AV UNDERNÄRING ENLIGT GLIM UT PÅ SÄRSKILT BOENDE?

Under presentationen kommer vi få en bild av hur många som är undernärda på våra olika vårdinrättningar. Någon övergripande statistik har tidigare inte funnits men genom Senior alert och GLIM-kriterierna är det möjligt.

Föreläsare: Josephine Garpsäter, Leg Dietist, Registerhållare Senior alert

ALLA SEMINARIER UNDER KUNSKAPSDAGARNA

HÅLLBAR LIVSMEDELSFÖRSÖRJNING – MILJÖ, HÄLSA
OCH BEREDSKAP I EN NY POLITISK VERKLIGHET?

(onsdag 10/9 – kl. 16.30 – 17.30, PM & Vänner, Växjö)

KICKOFF: MATMILJÖER SOM MÖJLIGGÖR HÄLSA
FÖR BARN OCH UNGA

(torsdag 11/9 – kl. 09.00 – 12.30, Hofs lifs, Växjö)

MÅLTIDER PÅ SÄRSKILT BOENDE – ETT TILLFÄLLE
FÖR NÄRING OCH NJUTNING?

(torsdag 11/9 – kl. 12.30 – 16.30, Växjö Stadsbibliotek)

MATFOTOGRAFERING FÖR DIG SOM JOBBAR MED MAT OCH MÅLTIDER

(torsdag – kl. 14.00 – 16.00, Växjö Konserthus)

BÖNOR PÅ MENYN - FRÄMJA ETT KLIMATSMART
OCH HÄLSOSAMT VAL FÖR FRAMTIDEN

(fredag 12/9 – kl. 09.00 – 12.00, Växjö konserthus)

FRÅN ORD TILL HANDLING DEL 1 – HÄLSA OCH STÄRKT
LIVSMEDELSFÖRSÖRJNING SOM GRUND I EN STARK BEREDSKAP

(fredag 12/9 – kl. 09.00 – 12.30, Utvandrarnas hus, Växjö)

FRÅN ORD TILL HANDLING DEL 2 – FRAMGÅNGSFAKTORER FÖR
ETABLERING OCH UPPSKALNING AV LOKALA LIVSMEDELSKEDJOR

(fredag 12/9 – kl. 13.15 – 14.15, Utvandrarnas hus, Växjö)

FIKATRÄFFAR – VÄLBEFINNANDE OCH GEMENSKAP

(fredag – kl. 13.00 – 14.00, Växjö Konserthus)

MAT OCH MÅLTIDER FÖR ELEVER MED NPF

(fredag 12/9 – kl. 10.00 – 15.00, Växjö Stadsbibliotek)

Anmäl dig här:



Vill du veta mer om vad som erbjuds under MAT2025: matsmaland.se