

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.

Kickoff: Matmiljöer som möjliggör hälsa för barn och unga

Under en utbildande och kraftsamlande kickoff samlas vi kring frågan om hur matmiljöer kan bli en positiv kraft för hälsa och hållbarhet.

Med en gemensam frukost, föreläsning och ett praktiskt labb får du nya insikter och verktyg för att, tillsammans med unga, kartlägga och förbättra matmiljöerna i deras vardag. Du blir också del av ett nätverk som fortsätter samarbeta fram till MAT 2026.

PLATS
Hofs Lifs
Växjö

NÄR?
11 september
9.00-12.30

Föreläsning



KICKOFF. MATMILJÖER SOM MÖJLIGGÖR HÄLSA FÖR BARN OCH UNGA

Hur ser matmiljön ut runt våra barn och unga – i skolan, på fritiden och i det offentliga rummet? Vad styr deras val och vanor? Och hur kan vi tillsammans skapa förutsättningar för ett mer hållbart och hälsosamt ätande?

Välkommen till en engagerande och kunskapshöjande kickoff för dig som vill göra skillnad! Tillsammans sätter vi ljus på matmiljöer som formar barns och ungas vardag – och på kraften i att förändra dem. Vi startar dagen med en gemensam frukost och en inspirerande föreläsning med Olga Grönvall Lund, generalsekreterare och grundare av Reformaten, som med skärpa och engagemang visar hur matmiljön påverkar ungas hälsa – långt bortom individuella val.

Därefter kliver vi in i ett praktiskt labb där du får prova konkreta metoder för att, tillsammans med unga, kartlägga och förbättra de matmiljöer de möter varje dag. Du blir en del av ett växande nätverk och erbjuds fortsatt stöd och samverkan i arbetet – hela vägen fram till MAT 2026.

Detta är startskottet för en gemensam resa mot bättre matvanor, mer jämlik hälsa och ett samhälle där bra mat är ett självklart val – för alla.

Olga är grundare och generalsekreterare för Reformaten, en ideell förening som arbetar för att påskynda en forskningsbaserad omställning av matsystemet.

Föreläsare och workshopledare för dagen är Olga Grönvall Lund.

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 lufs, 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 – HÄLSA OCH STÄRKT LIVSMEDELSFÖRSÖRJNING SOM GRUND I EN STARK BEREDSKAP

(fredag 12/9 – kl. 09.00 – 12.30, 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