

# MAT

5-12 september 2026



KONFERENSEN  
ÄR KOSTNADSFRI MEN  
ANMÄLAN KRÄVS.  
MER INFO FINNS PÅ  
MATSMLAND.SE

MAT 15 ÅR

## Kunskapsdagarna MAT2026

I september samlas vi kring det som berör oss alla – maten. Kunskapsdagarna den 9-12 september är en mötesplats för kunskap, inspiration och samverkan för dig som arbetar med mat, hälsa, hållbarhet och beredskap.

Tillsammans utforskar vi hur kunskap, engagemang och konkret handling kan bidra till ett livsmedelssystem som är hållbart, hälsosamt och robust – för både dagen och morgondagens generationer.

Anmälan sker via QR-koden på sista sidan eller via [Kunskapsdagarna | Mat i Småland](#)

### Måltider för hälsa och välbefinnande - inspiration och utveckling för äldreomsorgens särskilda boenden

Måltiden är mer än mat på tallriken – den kan skapa glädje, gemenskap och bidra till hälsa och välbefinnande. Under denna eftermiddag får du inspiration, kunskap och nya perspektiv på hur måltider på äldreomsorgens särskilda boenden kan utvecklas med fokus på kvalitet, nutrition och matglädje. Dagen riktar sig till personal, chefer och andra professioner som arbetar med måltider, nutrition, omsorg och verksamhetsutveckling. Vi lyfter både möjligheter och aktuella utmaningar kopplade till måltider i äldreomsorgen och hoppas ge inspiration till fortsatt utveckling.

Under ett dygn serveras flera måltider på ett särskilt boende i äldreomsorgen – viktiga måltider som ska ge näring och välbefinnande, och bidra till social gemenskap i en trygg miljö. När mat och dryck i måltiden äts upp kan den bidra till att främja hälsa och minska förekomst av undernäring. Goda måltider anpassade efter individuella behov är ett sätt att arbeta hälsofrämjande och förebyggande.

Samtidigt visar undersökningar från Livsmedelsverket att endast sex kommuner av tio serverar sex måltider eller fler per dygn, en minskning jämfört med föregående mätning, och att matsvinnet på särskilt boende ökar. Kostnadsutvecklingen på livsmedel leder dessutom till att vissa kommuner gör begränsningar i matsedlarna i äldreomsorgen, vilket kan påverka såväl näringsinnehåll som kvalitet. Vår förhoppning är att denna dag ska ge dig kunskap, inspiration och nya perspektiv till att utveckla måltiderna på din arbetsplats.

UTVANDRARNAS  
HUS  
Vilhelm Mobergs  
gata 4, Växjö

NÄR?  
10 september  
13.00-16.30

# Program

## VÅRDANDE MÅLTIDSMILJÖER PÅ SÄRSKILT BOENDE



Måltiden, det tillfälle då vi äter mat, är en del av livet för oss människor. Vi äter för att vi behöver näringen men måltiden är också ofta ett tillfälle när vi firar, när vi samtalar, när vi provar nytt eller minns tillbaka. I den mångfacetterade kontexten måltidsmiljön på särskilt boende, föreligger utmaningar för verksamheterna att förbättra denna. För att möta dessa utmaningar finns ett behov av ökad kunskap och förståelse för måltidsmiljön, vad är anledningen till de utmaningarna som kan uppstå och hur kan problematiken minska.

Föreläsare: Magdalena Nielsen, fil. Doktor i vårdvetenskap, universitetslektor, Linnéuniversitetet

## FINGERFOODS - EN VÄG TILL ÖKAD MATGLÄDJE, SJÄLVSTÄNDIGHET OCH VÄLMÅENDE BLAND ÄLDRE



Föreläsningen introducerar finger foods som måltidskoncept för äldre personer med motoriska ätsvårigheter. Med utgångspunkt i aktuell forskning belyses måltidsupplevelsen, hur etikett och normer kan verka exkluderande, samt hur finger foods kan utformas för att bidra till ökad självständighet, förbättrat matintag och ökad måltidsglädje.

Föreläsare: Sarah Forsberg, fil. doktor i sensorisk vetenskap, universitetslektor i mat- och måltidsvetenskap Högskolan Kristianstad

## THE MEAL WATCH - EN FLEXIBEL LÖSNING MED PROTEINRIKA SALTA OCH SÖTA MELLANMÅL



När Livsmedelsverket kom ut med nya rekommendationer för maten och måltiderna i äldreomsorgen 2018 började vi tillsammans med en av våra kunder att utveckla ett koncept för att möta rekommendationerna om fler smårätter att äta över hela dygnet och utvecklingen från standardiserade A- och E-koster till mer individanpassade måltider. Föreläsningen handlar om konceptet, hur det började, vad vi lärde oss på vägen och vilka resultat våra kunder fått.

Föreläsare: Marianne Hjort, legitimerad dietist och menyplanerare på Compass Group

*Programmet anordnas i samarbete med*

**Familjen Kamprads stiftelse**

# FÖRELÄSNINGAR UNDER KUNSKAPSDAGARNA

## **MAT FÖR FRAMTIDEN**

(onsdag 9/9 – kl. 16.00 – 17.30, PM & Vänner, Växjö)

## **IDÉRESAN – TILLSAMMANS FÖR FRAMTIDENS MATMILJÖER**

(torsdag 10/9 – kl. 9.00 – 12.00 eller kl. 13.00 – 16.00, Hofs lifs, Växjö)

## **UPPHANDLING SOM DRIVKRAFT - FÖR HÅLLBARA MÅLTIDER OCH LOKALA MATSYSTEM**

(torsdag 10/9 – kl. 9.00 – 12.00, Råshultssalen, Residenset, Växjö)

## **FRÅN ÅKER TILL ÅTERVÄXT – MARKENS FÖRVANDLING, VATTNETS VILLKOR OCH VARFÖR SVENSK MAT BETYDER BEREDSKAP**

(torsdag 10/9 – kl. 13.30 – 15.30, Hofs lifs, Växjö)

## **MÅLTIDER SOM FOLKHÄLSOMARKÖR – STRATEGIER FÖR HÅLLBAR HÄLSA EFTER 65**

(torsdag 10/9 – kl. 9.00 – 12.00, Utvandarnas hus, Växjö)

## **MÅLTIDER FÖR HÄLSA OCH VÄLBEFINNANDE – INSPIRATION OCH UTVECKLING FÖR ÄLDREOMSORGENS SÄRSKILDA BOENDEN**

(torsdag 10/9 – kl. 13.00 – 16.30, Utvandarnas hus, Växjö)

## **MATMILJÖER I IDROTTEN – FRÅN KUNSKAP TILL LOKAL HANDLING**

(torsdag 10/9 – kl. 13.30 – 16.00, Tipshallen, Växjö)

## **MATEN, MÄNNISKORNA OCH MÖJLIGHETERNA**

(torsdag 10/9, kl. 17.00 – 19.00, Hofs lifs, Växjö)

## **SKOLMÅLTIDER SOM GÖR SKILLNAD**

(fredag 11/9, kl. 9 – 12.00, Utvandarnas hus, Växjö)

## **MATBÄRANDE VÄXTER I SAMHÄLLSMILJÖER – FÖR LEVANDE OCH HÅLLBARA PLATSER**

(fredag 11/9, kl. 12.30 – 15.00, Växjö)

## **MATBAROMETERN**

(fredag 11/9, kl. 17.00 – 18.00, Ekobacken & Picknick de luxe, Växjö)

**Anmäl dig här:**



Fler föreläsningar och aktiviteter hittar du på [matsmaland.se](https://matsmaland.se)