

Regional rapport

**Fokus Matglädje**

Tierps kommun  
2012



Fotograf: Bengtsson

Regional projektledare  
Ellinor Moberg, matkonsult  
**Hushållningssällskapet, Uppsala**

<b>Innehållsförteckning</b>	<b>Sidan</b>
Sammanfattning.....	3
Målgrupp.....	4
Projektorganisation .....	4
Ekonomi.....	4
Verksamhetsbeskrivning .....	4
Genomförande, Steg 1, Steg 2, Steg 3 .....	4
Närvaro och deltagarförteckning .....	6
Utvärdering.....	6
Utvecklingsmöjligheter/egna reflektioner .....	6
<b>Bilaga 1</b>	
Deltagarförteckningar .....	7

## Sammanfattning

Tierps kommun i norra Uppland, söder om Nedre Dalälvens utlopp i Östersjön. Här finns fem mil orörd kust med fiskelägen och vacker natur. I kulturlandskapet ligger många vackra vallonbruk från 1700-talet, då järnhantverket var en storindustri i landskapet. Storhetstid fanns också i bygden under vikingatiden, ortsnamnet Vendel påminner om Vendeltiden 500 – 800 e. Kr.

I dag bor omkring 20 150 människor i kommunen i tätorterna Tierp, Örbyhus, Söderfors och Skärplinge eller på landsbygden.

Från 2010 lagar kommunen mat i egen regi. Det finns 8 tillagningskök och totalt tillverkas ca 3 500 portioner per dag runt om i kommunen. Tanken är att ha närhet till maten för att kunna arbeta mer effektivt med kvalitet och service. Man strävar också efter att laga mer mat från grunden. Varje dag serveras en huvudrätt, en vegetarisk rätt, salladsbuffé och knäckebröd, smör, mjölk och vatten. På vissa skolor lagas även soppa och på gymnasieskolan serverar man nybakat bröd till soppan. För att vidareutveckla måltidsverksamheten satsar kommunen i projektet Fokus Matglädje.

I **Steg 1** utsåg man en grupp som ska ta fram en vision och kostpolicy för kommunen.

I **Steg 2** utbildades personal från förskola, skola och äldreomsorg i Bra mat för förskola, skola och äldreomsorg. I den praktiska utbildningen i Steg 2 valde man Aptitretare för äldre, Mellanmål och bakning i förskola och skola samt Vegetarisk matlagning.

I **Steg 3**, den 10 januari 2013 redovisar de olika grupperna hur de implementerat råvaror, tillagning med nya metoder i sin verksamhet. Ledningsgruppen presenterar utkast till Vision och kostpolicy.

Ansvarig för måltidsverksamheten är Maria Leopardi.

Lokalpressen uppmärksammade uppstarten av Fokus matglädje i kommunen med en artikel.

Fokus Matglädje	Steg 1, ledning	Steg 2		Steg 3	
		Teoretisk	Praktisk	Ledning	Personal
<b>Program</b>	Matverksamheten i framtiden. Vad, hur, när ska det förändras? Vision.	Bra mat i... Skola Äldreomsorg	Aptitretare Mellanmål Vegetarisk	Detta vill vi!	Inför nya metoder/recept
<b>Datum</b>	8 oktober	8 oktober 8 oktober	13 november 13 november 14 november	10 januari	10 januari 10 januari
<b>Deltagarantal</b>	8 personer	18 personer 20 personer	10 personer 22 personer 11 personer	8 personer	18 personer 20 personer

*Ellinor Moberg*

## Målgrupp

Målgruppen är anställd måltidspersonal i förskola, skola och äldreomsorg, kommunens offentliga förvaltning samt verksamhetsansvariga och kommunledning.

## Projektorganisation

Maria Leopardi och Ellinor Moberg har planerat genomförandet av projektet via nät och telefon. Anställda inom måltidspersonalen i kommunen har deltagit i projektet tillsammans med verksamhetsansvariga.

## Ekonomi

Jordbruksverket finansierar projektet. Projektet delfinansieras av deltagande kommuner som betalar en grundavgift på 20 000 kr. Kommunerna bidrar även genom att tillhandahålla lokaler, personalresurser, inköp av livsmedel, reskostnader och kostnader för material m.m.

## Verksamhetsbeskrivning

Tierps kommun i norra Uppland, söder om Nedre Dalälvens utlopp i Östersjön. Här finns fem mil orörd kust med fiskelägen och vacker natur. I kulturlandskapet ligger många vackra vallonbruk från 1700-talet, då järnhantverket var en storindustri i landskapet. Storhetstid fanns också i bygden under vikingatiden, ortsnamnet Vendel påminner om Vendeltiden 500 – 800 e. Kr.

I dag bor omkring 20 150 människor i kommunen i tätorterna Tierp, Örbyhus, Söderfors och Skärplinge eller på landsbygden.

Från 2010 lagar kommunen mat i egen regi. Det finns 8 tillagningskök och totalt tillverkas ca 3 500 portioner per dag runt om i kommunen. Tanken är att ha närhet till maten för att kunna arbeta mer effektivt med kvalitet och service. Man strävar också efter att laga mer mat från grunden. Varje dag serveras en huvudrätt, en vegetarisk rätt, salladsbuffé och knäckebröd, smör, mjölk och vatten. På vissa skolor lagas även soppa och på gymnasieskolan serverar man nybakat bröd till soppan. För att vidareutveckla måltidsverksamheten satsar kommunen i projektet Fokus Matglädje.

Planering och samordning har diskuterats över nätet och per telefon.

Kostkonsulenten har skickat ut inbjudningar till berörd personal till de olika utbildningsstegen.

**Steg 1.** Information för förtroendevalda och ansvariga för kommunens utbildningsverksamhet och omsorgsverksamhet och områdeschefer genomfördes den 8 oktober.

Under hösten arbetar man med att ta fram en kostpolicy under ledning av Maria Leopardi med stöd av Hushållningssällskapets underlag för Vision och kostpolicy. Vid mötet i januari stäms arbetet av och man har som mål att ha en väl genomarbetad vision och kostpolicy under våren 2013.

**Steg 2. Bas – teori.** Utbildningen genomfördes i två grupper, dels för måltidspersonal från förskola och skola och pedagoger, totalt 18 personer, dels för vård- och omsorgspersonal med kostombud där 20 personer deltog. De äldres måltidsordning och mattider diskuterades och man var överens om att fortsätta dialogen angående servering av aptitretare som mellanmål och nattfösare. Dessutom diskuterades möjligheterna att försöka laga mer mat på avdelningarna som en aktivitet för de äldre. Man var överens om att det kräver mer kunskap i hygien, livsmedel och matlagning för att laga god mat som är säker och näringsriktig.

**Steg 2. Praktisk utbildning i livsmedelskunskap och matlagning.** Här valde man tre kurser, Aptitretare för äldre, Mellanmål och bakning samt Vegetarisk utbildning. De genomfördes den 13 och 14 november. Totalt 43 personer deltog.

*Målet* med den praktiska utbildningen är att matgästerna skall få godare och mer varierad mat genom att personalen får kunskap i hur livsmedelsval, tillagningsmetod och servering påverkar kvaliteten och upplevelsen av måltiden. Man satsar också på att laga ännu mer mat från grunden.

I den *Vegetariska utbildningen* diskuterades olika typer av vegetarisk mat, vilka fördelar och nackdelar det har ur hälso- och miljöaspekter. I matlagningen prövades många olika livsmedel som baljväxter och spannmålsprodukter, rotfrukter och grönsaker, hur man ska planera vegetariska rätter så de ger ett fullvärdigt närings- och energinnehåll. En mångfald recept provlagades och provsmakades.

I utbildningen *Aptitretare för äldre* får man möjlighet att laga upp enkla, goda smårätter som ska användas för att just reta aptiten. Många av åldringarna har ett för lågt näringsintag, de tappar vikt och hälsotillståndet försämras. De orkar inte äta så stora mål och behöver därför flera mindre mål under dygnet. Aptitretarna innehåller rikligt av de näringsämnen de äldre har behov av samt är extra energigivande. Med dessa mindre måltider får de äldre en jämnare blodsockernivå som i sin tur påverkar både den mentala och fysiska hälsan hos de äldre. Med hög ålder följer också nedsatt förmåga att uppleva maten sensorisk. Maten måste därför komponeras och lagas så den stimulerar alla sinnen; syn, doft, smak, ha rätt konsistens och serveras i en lugn miljö utan störande ljud. Varje måltid ska kittla.



*Aptitretare.*

I utbildningen *Mellanmål och Bakning* diskuteras vikten av bra komponerade mellanmål. Måltider som dels innehåller fiberrika spannmålsprodukter med lågt GI för att ge längre mättnadskänsla, dels som innehåller mjölkprodukter som ger protein och viktiga mineraler och vitaminer, dels frukt och grönt med färg och smakrikedom och inte minst viktiga antioxidanter. Mellanmålet ska smaka gott och ge näring och energi i lagom mängd för att ge rätt blodsockernivå så barn och ungdomar känner sig pigga och har möjlighet att inhämta ny kunskap.



*Mellanmål.*

**Steg 3. Utvärdering och fortsatt förändringsarbete.** Uppföljningssamtal med kökspersonalen och vårdpersonal genomförs den 10 januari. Samtidigt redovisar arbetsgruppen som ansvarar för vision och policy.

Under våren 2013 kommer kostpolicyen att läggas fram till kommunstyrelsen för beslut i fullmäktige.

## Närvaro/Deltagarförteckningar

Steg 1; Politiker, verksamhetschefer och områdesansvariga från kostenheten.

Steg 2; Måltidspersonal från hela kommunen.

Steg 3; Ledningen från kostenheten samt arbetsgruppen som tar fram kostpolicyn.

Se bifogade deltagarförteckningar i Bilaga 1.

## Utvärdering

Steg 3 är en utvärdering i dialogform.

*De nya kunskaperna har omsatts i köken, nya metoder används och recepten finns på vårterminens matsedlar och fler blir det under nästa läsår och på äldreomsorgens matsedlar. Man kommer att satsa på mer ekologiskt och har ett mål på 25 % 2014. Man kommer att satsa mer på lokala livsmedel. Man strävar efter att i ännu högre grad laga mat från grunden i alla kök och ta fram en mer variationsrik matsedel.*

## Informationsspridning och media

Kommunen har informerat om projektet på hemsidan. Man har också informerat i lokalpressen.

## Utvecklingsmöjligheter och Egna reflektioner

Kommunen arbetar med Fokus Matglädje i förskola, skola och omsorgen. Man kommer att satsa ytterligare under de kommande åren för att lyfta måltidsverksamheten i alla led från skolledare och verksamhetschefer till pedagoger och vårdpersonal. Alla är mycket positiva till satsningen.

Tierps kommun markerar att de vill satsa på mat- och måltidsverksamheten. Det har varit och är positivt att vara en del i detta förändringsarbete.

***Ellinor Moberg***

*november 2012*

# **BILAGA 1**

Deltagarlistor  
Tierp

**Projekt Fokus Matglädje**

Tierp, Steg 1, kommunledning

Den 8 oktober 2012, kl. 09.00 – 10.30 Kommunhuset

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
1 Vivanne Lindell	Förskoleenhet Sydost
2 Lena Tibbrog	Rektor Rekt område 1
3 Helena Jansson Björnestam	Intendent Ro 4
4 Mojgan Alimadad	Produktionschef
5 Inger Olausson	SLU, doktorand, här repr. Mp
6 Helena Car	Utvecklingsledare
7 Hans Groberg	Produktionschef
8 Catarina Derencour	Oppositionsråd
9 Daniel Blomstall	Gruppleder (M)
10 Maria Leonard	Kostkonsulent
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	



## Projekt Fokus Matglädje

Tierp, Steg 2, personal, Bra mat i skola och förskola

Den 8 oktober 2012, kl.

Kommunhuset

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
1 Linda Waden	Bruksstolan kock
2 Mijs Sjestedström	Wesslandia 1-e kock
3 Carina Wahlström	Wesslandia, köket, kock
4 Carina Wihlborg	Aspenskolans, fritids
5 Ragna Stenmark	Förskolan Elkörren
6 Anne-Marie Asplund	Förskolan Fyrtolövern Örbyhus
7 Gun Pettersson	OlAndersskolans kök
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	

## Projekt Fokus Matglädje

Tierp, Steg 2, personal, Bra mat i skola och förskola

Den 8 oktober 2012, kl.

Kommunhuset

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
1 Fredrik Holmgren	lia köck centralköket
2 Katarina Jansson	direktör Centralköket
3 Elisabeth Vonn	R03
4 Anita Ohlström	Centralskolan kök
5 Vianne Jinder	Förskolechef Sydost
6 Lise-Lotte Holmgren	R04
7 Teres Hamberg	Fsk Mattisborgen
8 Ida Eriksson	Fsk Humlegården
9 Katarina Jansson	Fsk Humlegården
10 Marianne Hasselberg	Ol Andersskolan, Köck
11 Swane Lundquist Holm	Ol-Andersskolan skolst
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	

**Projekt Fokus Matglädje**

Tierp, Steg 2, personal, Äldreomsorgen

Den 8 oktober 2012, kl.

Kommunhuset

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
1 Marta Leppaolli	Kostkonsulent
2 Fredrik Holmgren	1:a kock central köket
3 Katarin Jansson	dieten. Central köket
4 Susanne Pettersson	Weslandia kostombud
5 Maud Fredlund	Weslandia kostombud
6 Carina Wahlström	Weslandia. köket
7 Anna Mattsson	Vendelgården kostombud
8 Maggan Melin	Danielsgården "slussen" kostombud
9 Victoria Lundkvist	Danielsgården "tämnanen/siggbo. kostomb.
10 Annika Charlotta Jakobsson	Danielsgården Senior Rehabil
11 Paula Eriksson	Weslandia / kostombud
12 Karin Östlund	Weslandia / kostombud.
13 Carina Hallin	Danielsgården Tämnanen/siggbo
14 Carina Carlberg	Vendelgården / kostombud
15 Laila Lirk	Hällbacka / underkök.
16 Marina Klementheva	Hällbacka / vedersnölerare.
17 Gunilla Hedström	Hällbacka / boendestödare
18 Miks Sjöström	Weslandia 1:e kock
19 Linda Wärden	Brutsskolan kock
20 Lillenor Wärden	Weslandia / kostombud

## Projekt Fokus Matglädje

Tierp, Steg 2, praktisk matlagning, Mellanmål

Den 13 november 2012, kl. 8.00 - 12.00

Vendelgården

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
1 Carina Wihlborg	Aspenskolan, fritidspedagog
2 Eva Salestedt	- // - // -
3 Marita Matsson	Fsk Grodan
4 Inger Forslund	Rydskyrans förskola Pajal
5 Lena Engvall	Solgläntans Fsk
6 Börje Palgrim	Tallbacksskolan Fritids
7 Rose-Marie Andersson	Tallbacksskola mottagn.kök/fritid.
8 Carola Edberg	Fsk Björkgården
9 Annica Lund	Linneans Fsk
10 Cecilia Jacobsson	Enbackens förskola
11 Annika Brodin Börjesson	Björkängsskolan Fritids
12 Marie Åkerlund	OlAndersskolan Fritids
13 Camilla Wiberg	Havsörnens fritids, Hällnäs
14 Jenny Åkerström	Fyrisläverns fsk., fsk-lärare.
15 Åsa Eriksson	Vallskoga fsk, fsk-lärare
16 Ida Eriksson	Humlegårdens fsk, fsk-lärare
17 Annika Rosberg Andersson	Fsk. Traktorn Tierp. psk.
18 Marita Värnebjörk	Skogsbackens förskola Kök barngrupp
19 Susanne Holmström <small>istället för Kristina Karlsson</small>	Centralskolan R03 Fsk-lärare
20 Maria Legardli	Kostkonsulent
21 Maria Forslund	Fritidspedagog Central.
Lena Fatterson	Fritidspedagog Centralskolan

**Projekt Fokus Matglädje**
**Tierp, Steg 2, praktisk matlagning, Aptitretare**

Den 13 november 2012, kl. 13 - 17.00

Vendelgården

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
1 Helena Pettersson	Åskenbygården
2 Kerstin Blom	Åskenbygården
3 Ulla-Britt Grönberg	ÅSKENBYGÅRDEN
4 Carola Wagenius	Åskenbygården
5 Wivanne Hägerström	Vendelgården
6 Karin Östlund	Wesslandia
7 Paula Eriksson	Wesslandia
8 Maud Fredlund	Wesslandia
9 Karin Eriksson	Wesslandia
10 Maria Leopardi	Kostkonsulent
11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	

## Projekt Fokus Matglädje

Tierp, Steg 2, praktisk utbildning, Vegetarisk utbildning

Den 14 november 2012, kl. 13 - 17.00

Söderfors

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
1 Anita Ohlström	Centralskolan kokerska
2 Lillvor Sanderfors	- " - köksbiträde
3 Margaretha Kjetselberg	- " - " -
4 Ingmarie Belin Rodén	- " - " -
5 Gun Pettersson	Ol Andersskolan Koch
6 Carina Wahlström	Wesslandia Koch
7 Åsa Gustavsson	Hällnäs skola kokerska
8 Anna-Greta Bostrom	Brukskolan Söderfors
9 Tobias Flygman	Centralköket Koch
10 Fredrik Halmgren	Centralköket Koch
11 Manza Leopardi	Kostkonsulent
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	
20	