

Matgledekorpsset i Oslo og Viken



Matgledekorpsset er et samarbeidsprosjekt mellom:



Statsforvalteren i Oslo og Viken

Leve hele livet
- en kvalitetsreform for eldre



Utviklingscenter for
sykehjem og hjemmetjenester

VIKEN (Akershus)



Utviklingscenter for
sykehjem og hjemmetjenester

VIKEN (Østfold)

Matvalget

Hvordan spise verden bedre

Det bærekraftige måltidet

Ann Kristin Møsth Wang

Matvalget

Matgledekorpsset er et samarbeidsprosjekt mellom:



Statsforvalteren i Oslo og Viken

Leve hele livet

- en kvalitetsreform for eldre



Utviklingscenter for
sykehjem og hjemmetjenester

VIKEN (Akershus)



Utviklingscenter for
sykehjem og hjemmetjenester

VIKEN (Østfold)

Matvalget



DET BÆREKRAFTIGE MÅLTIDET

Gleden ved
å spise verden bedre



MATVALGET GIR DEG OPPSKRIFTEN PÅ
ET BÆREKRAFTIG MÅLTID

MAT FRA BUNNEN AV

GRØNNSAKER

BELGVEKSTER OG KORN

SESONG

BEVISSTE VALG AV

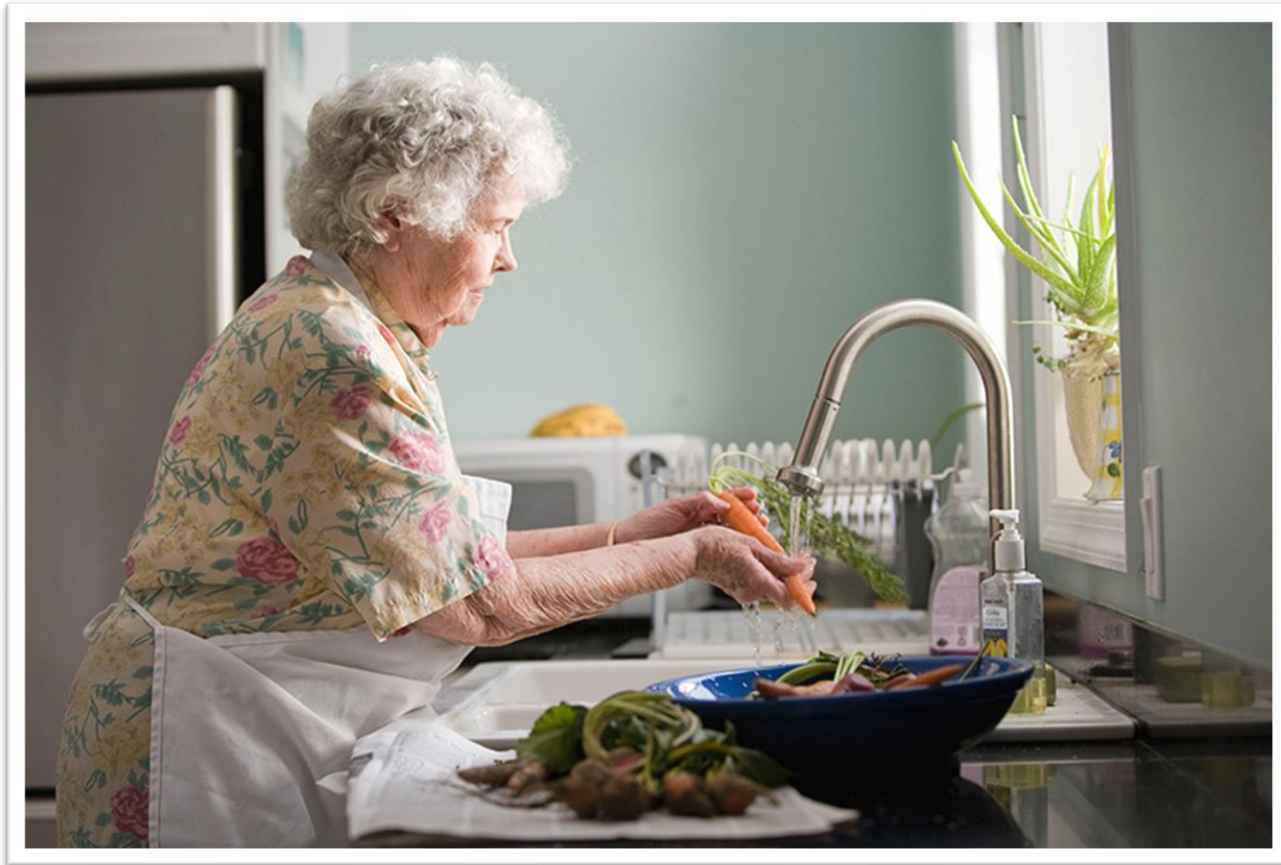
KJØTT OG SJØMAT

REDUSERT MATSVINN

ØKOLOGISK

Matvalget

LAG MAT FRA BUNNEN AV

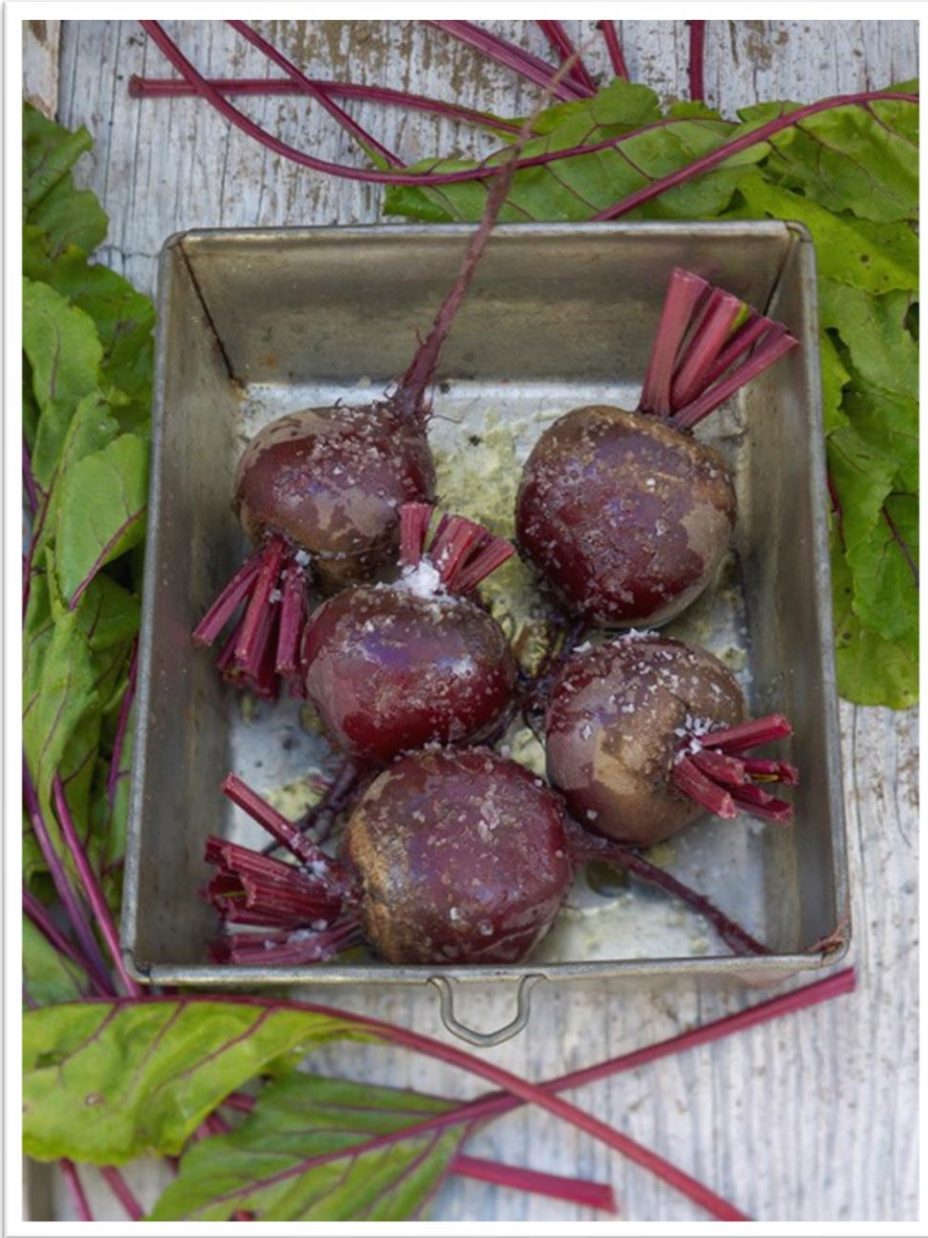


*Et rikt liv
med enkle midler*

Arne Næss

BRUK MER GRØNNSAKER BELGVEKSTER & KORN

- Næring
- Farger
- Sanser
- Historie



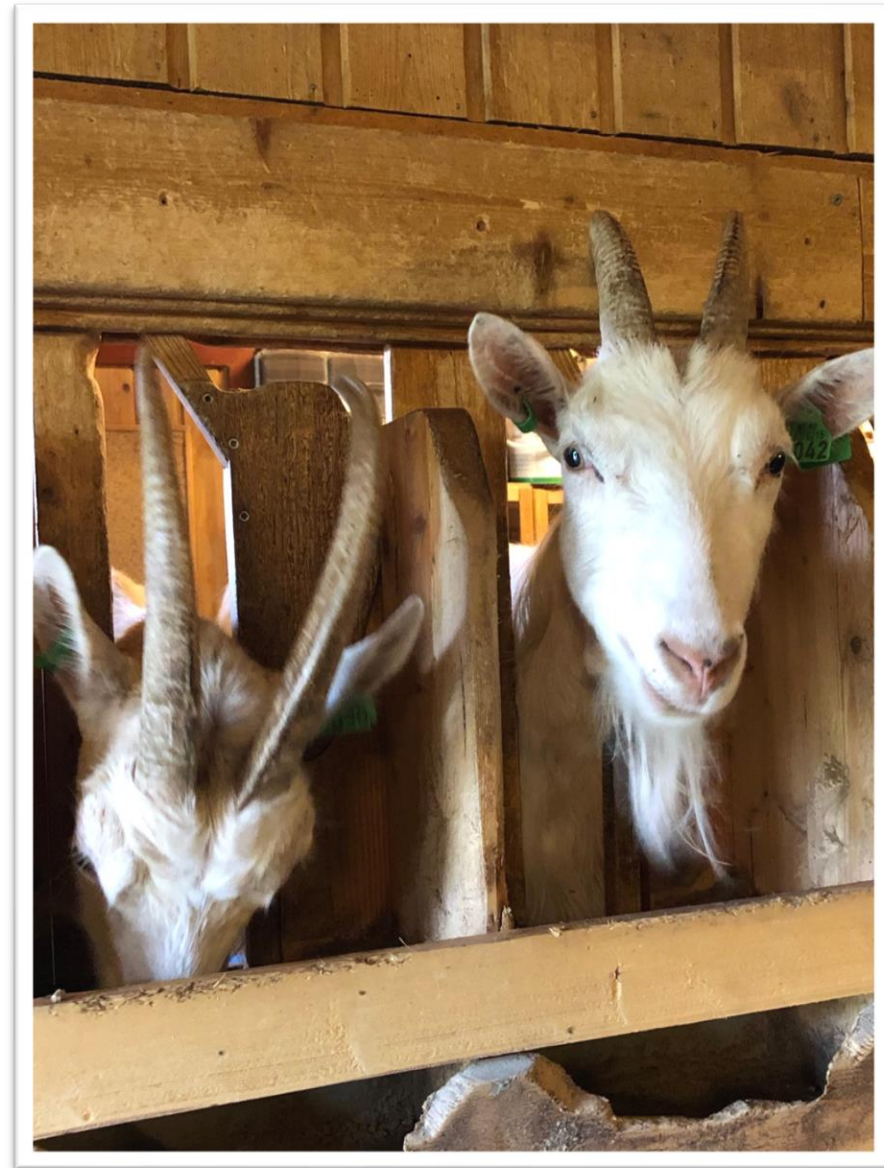
SESONG = LOKALT

Naturen & rytmen



BEVISSTE VALG AV KJØTT & SJØMAT

Mindre
&
bedre





ØKOLOGISK

Helseprinsippet: opprettholde og fremme helsa til jord, planter, dyr, mennesker og jordkloden som en udelelig helhet.

Økologiprinsippet: bygge på levende økologiske systemer og kretsløp, arbeide med dem, etterligne dem og hjelpe til å bevare dem.

Rettferdighetsprinsippet: bygge på relasjoner som sikrer rettferdighet når det gjelder vårt felles miljø og mulighet for livsutfoldelse.

Varsomhetsprinsippet: drives på en ansvarlig og varsom måte for å ta vare på miljøet og beskytte helse og velvære for nåværende og framtidige generasjoner.



MATSVINN

Porten til erkjennelse

STEG FOR STEG

- Jevnlige **målinger** av matsvinn, **kartlegge** hvor og når. **Analysere** og sette i **system**.
- God **orden** i kjøleskap og gode **rutiner** for bestilling
- Lager mat underveis. Justere lunsjmeny. Flere valgmuligheter.
- Mindre serveringskåler.
- Fryseboks på avdelingen
- Økt **dialog** med pasienten Dele mat mellom avdelingene.
- **Informasjon, kommunikasjon og samarbeid** på tvers av avdelinger og kjøkken.
- Sentralkjøkken: Tydelige rutiner på bestillingsmuligheter. Redusere porsjonsstørrelse, og endret pakningsstørrelser.
- Underbestille mat: Alltid noen som er småspiste, syke osv.

RASKE RETTER MED MATSVINN

Smoothie og pannekaker fra grøt, yoghurt og korn

Grove banansveler

Brøduppuding, søt eller salt

Nytt brød av gammelt brød

Omeletter til lunsj, med rester av potet og grønnsaker

Potetlapper med ost og grønnsaker

Suppe med rester av grønnsaker og middag

Fiskegrateng

Shepardspai



Bli med og spis verden bedre!
Fordi du bryr deg!

Takk for meg!



Statsforvalteren i Oslo og Viken

Leve hele livet
- en kvalitetsreform for eldre



Utviklingscenter for
sykehjem og hjemmetjenester

VIKEN (Akershus)



Utviklingscenter for
sykehjem og hjemmetjenester

VIKEN (Østfold)

Matvalget



Matgledekorpsset i Oslo og Viken



Matgledekorpsset er et samarbeidsprosjekt mellom:



Statsforvalteren i Oslo og Viken

Leve hele livet
- en kvalitetsreform for eldre



Utviklingscenter for
sykehjem og hjemmetjenester

VIKEN (Akershus)



Utviklingscenter for
sykehjem og hjemmetjenester

VIKEN (Østfold)

Matvalget