

www.hungrig.nu, matnyttig hemsida för barnfamiljer

Med helhetstänk i matlagningen höjs kvaliteten på det som vi stoppar i våra barns magar. Det behöver varken vara krångligt, tidskrävande eller dyrt. På www.hungrig.nu får man veckomat-sedlar med recept som förenklar planeringen och minskar tiden för tillagningen genom att rätt-terna bygger på varandra. Dessutom finns faktasidor, praktiska tips och handfasta råd vad gäller näringslära, förvaring, årstidsanpassning av råvaror m m. Det finns också möjlighet att ställa frågor till en expertpanel.

Margareta
Frost-Johansson
Matkonsult
0521-72 55 60



De flesta föräldrar vill ge sina barn bra mat, men att det inte alltid är så lätt. Många känner att de inte hinner, kan eller helt enkelt inte vet hur de ska börja. Hemsidan [hungrig.nu](http://www.hungrig.nu) råder bot på detta genom att bland annat ta upp aktuella ämnen och



räta ut frågetecknen kring maten. Här kan barnfamiljer ta del av recept som förenklar planeringen och minskar tiden för tillagningen genom att rätt-terna bygger på varandra. Man behöver alltså inte börja från början varje gång du ska laga mat. Dessutom finns här faktasidor, praktiska tips och handfasta råd vad gäller näringslära, årstidsanpassning av råvaror etc. Se [hungrig.nu](http://www.hungrig.nu) som en centralstation dit man kan gå för att få veta vilket tåg man ska hoppa på då ni behöver kunskap och råd inom allt som rör mat och matlagning för familjen.

En inspirerande matbok för föräldrar produceras just nu av Hushållningssällskapet. Boken är klar 2010 och kommer att delas ut via landets Barnavårdcentraler.

Samarbetspartner för hemsidan är Mjölkrämjandet, Svensk Köttinformation, Svensk Fägel, Svensk Fisk, Svensk Potatis, Svenska Ägg, och Lantmännen. Varje vecka uppdateras sidan med tre nya artiklar. En frågelåda finns där man kan skicka in sina frågor och få svar av "experter".

[Hungrig.nu](http://www.hungrig.nu) drivs sedan år 2009 av Hushållningssällskapets Förbund.

Matglädje i Göteborg

Hushållningssällskapets matkonsulter deltar som utbildare inom projektet Måltid Göteborg på uppdrag av Miljöförvaltningen/Agenda 21. Under våren 2009 genomfördes en pilotutbildning och under hösten 2009 fortsätter utbildningarna.

De aktuella utbildningarna som vänder sig till både köks- och vårdpersonal inom äldreomsorgen har organiserats och planerats av Måltid Göteborg. Burgårdens utbildningscentrum och Hushållningssällskapets medverkande konsulter. I utbildningarna har miljöfrågorna en given plats och Hushållningssällskapets konsulter har bred kunskap inom mat, miljö och hälsa för olika grupper i teori och praktik.

Utbildningen består av sex halvdagsutbildningar och Hushållningssällskapets matkonsulter medverkar på de tre praktiska avsnitten om miljö och praktisk, inspirerande matlagning samt avsnittet

om äldres ätande, måltidsmiljö och aptit. I de praktiska avsnitten varvas teori och praktisk matlagning på tema kvällsrätter, fisk och kött. Maträtter och råvaror har valts för att ge deltagarna möjlighet att prova nya tekniker och rätter med variation och ekologiska förtecken.

Hur måltiden uppfattas beror inte enbart på tillagningskvaliteten, utan också på kvaliteten vid servering och den omgivning där måltiden intas. Därför är det glädjande att både vård- och kökspersonal medverkar på tre av halvdagarna.

Syftet med utbildningen är att:

- Deltagarna i sin yrkesprofession skall öka sin kreativitet och förmåga till nytänkande

Mål med kursen:

- Att erbjuda matgästerna en lustfylld måltid, lagad från grunden, med variation, miljöhänsyn och säsongsanpassning
- En ökad servicenivå och valfrihet för brukare/gäst

Kontaktpersoner för utbildningarna inom Måltid Göteborg är:

Projektledare Barbro Mellgren tel 031-914301, 0709-228300.
På Burgårdens utbildningscentrum ansvarar Kristina Magnusson för utbildningarna.

Hushållningssällskapets matkonsulter Cecilia Sassa Corin, tel 0521-72 55 61 och Eleonor Schütt, tel 0521-72 55 62 kan berätta mer om uppdraget och hur deras utbildningsinsatser ser ut.

Mer om Måltid Göteborg kan du läsa på: www.goteborg.se under politik och organisation – organisation.