

30 mars 2022

# Bristande politisk handling för offentliga måltider möts av ny inspirationsplats

**Maten som serveras i skola, vård och omsorg kan göra mer än att bara mätta för stunden – den kan också vara ett verktyg i arbetet med två av vår tids största utmaningar, den mänskliga och planetära hälsan. Men för lite händer på den politiska fronten för att ta tillvara på den skattefinansierade matens fulla potential, menar den ideella föreningen Frisk Mat. Idag öppnar de upp en kostnadsfri digital mötesplats med inspiration och kunskap för alla som planerar, lagar eller serverar maten till våra barn och unga, sjuka och äldre i Sverige.**

— Vi ville agera eftersom politikerna saknar handlingskraft kopplat till folkets matvanor. Trots akut läge för folkhälsan och planeten finns fortfarande inte tydliga nationella styrdokument och ramar för verksamheterna att arbeta inom vad gäller maten. Det behövs stöd ute i köken och vi har sett ett stort behov bland de som arbetar direkt med måltiderna att enklare få och dela kunskap samt utbyta tips och inspiration med sina kollegor. Frisk Mat såg möjligheten att bidra genom att skapa en lustfylld och motiverande digital mötesplats, säger Anna Lindelöw Mannheimer, ordförande i Frisk mat.

Mötesplatsen friskmat.se är kostnadsfri och består dels av en receptbank anpassad för offentliga storkök. Där finns också redaktionella faktaartiklar och intervjuer med förebilder. Receptsamlingen kommer byggas upp över tid då den främst skapas av användarna själva. Alla recept granskas av en dietist för att säkerställa att de följer de nordiska näringsrekommendationerna.

— Även om alla måltider i förskolor, skolor, på sjukhus, äldreboenden och hemtjänsten borde vara näringsrika och bra för hälsan är det tyvärr inte så idag. Kvalitén varierar mycket mellan olika verksamheter. De med eldsjälarna i köken drar vinstlotten. Frisk Mat vill främja inspiration och kunskapsutbyten för att den offentliga måltiden ska nå sin fulla potential överallt i Sverige, säger Anna.

Maten har stor påverkan på vår hälsa. Enligt Socialstyrelsen riskerar var fjärde svensk att dö i förtid på grund av ohälsosamma matvanor<sup>1</sup>. 80-85 procent av hälso- och sjukvårdens resurser går till behandling av kroniska sjukdomar. Insatser för att främja goda levnadsvanor, som sund kosthållning, kan förbättra/förebygga 90 procent av dessa<sup>2</sup>. En av de viktigaste anledningarna till att vi äter fel idag är okunskap<sup>3</sup>. Samtidigt har de offentliga måltiderna ett starkt signalvärde – genom att agera exempel på näringsrika, aptitliga och hållbara måltider blir de

<sup>1</sup><https://www.socialstyrelsen.se/om-socialstyrelsen/pressrum/debattartiklar/ohalsosamma-matvanor-riskerar-folkhalsan/>

<sup>2</sup>Nätverket Hälsöfrämjande hälso- och sjukvårds publikation, "Att förebygga kroniska sjukdomar genom goda levnadsvanor" 2015, <http://www.hfsnatverket.se/@/File/Get/?id=1781&download>

<sup>3</sup> <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/fysisk-aktivitet-och-matvanor/>  
<https://www.svt.se/nyheter/inrikes/ny-rapport-bara-en-tiondel-av-svenskarna-ater-halsosamt>

även en folkbildningsinsats<sup>4</sup>.

— Om vi kan öka kunskapen i samhället kring hälsosam mat kan vi också förebygga många folksjukdomar. Därför ser vi att det i varje offentligt kök finns möjliga folkhälsohjältar som genom maten de serverar kan vara förebilder och folkbildare för vad som är god, hälsosam och näringsrik mat. Dessutom är den mat som är bra för vår mänskliga hälsa oftast också bra för planeten – här har vi chansen att bemöta två av vår tids största utmaningar, säger Anna.

Föreningen Frisk Mat har sedan starten för tre år sedan byggt ett brett nätverk med välkända samarbetspartners, som Projekt MatLust och Dietisternas Riksförbund. Kockarna Fredrik Eriksson och Frida Ronge finns med som ambassadörer. Föreningens arbete är icke vinstdrivande och möjliggörs tack vare stiftelsestöd, företagspartners, volontärarbete och donationer.

#### **Fakta: Om inspirationsplatsen [friskmat.se](https://friskmat.se) för storkök inom skola, vård och omsorg**

- Vill stötta de som arbetar med att dag servera de tre miljoner måltider inom skola, vård och äldreomsorg med råvaror som årligen kostar skattebetalarna nära tio miljarder kronor.
- För yrkesverksamma i offentliga storkök, främst förskola, skola, sjukhus och äldreomsorg
- För den som planerar, beställer, tillagar och/eller serverar mat, tex kostchefer, kockar, undersköterskor och omsorgspersonal
- Helt kostnadsfri digital plattform
- Användarna får själva lägga upp sina recept och skapa en profilsida där man kan berätta om sin verksamhet.
- Användarna kan interagera med varandra genom att kommentera på recepten och göra egna varianter av andras recept, så kallade “remixer”.
- Recepten granskas av en dietist innan de publiceras, näringsberäknas och följer Livsmedelsverkets rekommendationer/NNR
- Receptens hållbarhet kommer inom kort vara möjliga att visa
- Frågelåda med svar från Livsmedelsverket i aktuella frågor
- Artiklar från Dietisternas Riksförbund
- Det finns en inspirationsbank med artiklar, intervjuer och fakta

#### **Filmklipp: [“Du kan bli en folkhälsohjälte”](#)**

#### **Bakgrund: Om föreningen Frisk Mat**

Frisk Mat är ett anhängarinitiativ och har sitt ursprung i uppropet #sjukmat. Snabbt insåg dock initiativtagarna att det inte ledde någonstans att förvänta sig att andra skulle förändra – och valde därför att själva praktiskt ta del i det viktiga förändringsarbetet kopplat till matvanor. I september 2018 bildades därför den ideella föreningen Frisk Mat som är helt fristående och politiskt oberoende. Frisk Mat arbetar för att den skattefinansierade maten inom skola, vård och omsorg ska vara näringsrik och aptitlig, hållbar och jämlik. Frisk Mat arbetar efter och

---

<sup>4</sup>[chrome-extension://efaidnbmninnkcepbpjhlacjclcfndmkaj/viewer.html?pdfurl=https%3A%2F%2Fwww.sl.u.se%2Fglobalassets%2Fw%2Fw%2Fcentrb%2Ffu-food%2Fnyheter%2F2020%2Fslu-futurefood\\_rapport13\\_styrmedelforhallbarmatkonsumtion.pdf&clen=3027486&chunk=true](chrome-extension://efaidnbmninnkcepbpjhlacjclcfndmkaj/viewer.html?pdfurl=https%3A%2F%2Fwww.sl.u.se%2Fglobalassets%2Fw%2Fw%2Fcentrb%2Ffu-food%2Fnyheter%2F2020%2Fslu-futurefood_rapport13_styrmedelforhallbarmatkonsumtion.pdf&clen=3027486&chunk=true)

följer enbart Livsmedelsverkets rekommendationer och NNR (de nordiska näringsrekommendationerna) i den offentliga sektorn.

**För mer information, vänligen kontakta:**

Anna Lindelöw Mannheimer

*Ordförande Frisk Mat*

**Tel:** 070 305 1516

**E-post:** [anna.lm@friskmat.se](mailto:anna.lm@friskmat.se)

---

**Om Frisk Mat:**

I Sverige serveras tre miljoner skattefinansierade måltider varje dag. Frisk Mat är en ideell förening som arbetar för att maten, inom skola, vård och omsorg, ska vara näringsrik, aptitlig, hållbar och jämlik samt användas som folkbildningsinsats. Läs mer på [friskmat.se](http://friskmat.se).