

Regional rapport

Fokus Matglädje

Östermalms stadsdel

Stockholms stad
2012



Fotograf: Bengtsson

Regional projektledare
Ellinor Moberg, matkonsult
Hushållningssällskapet, Uppsala

Innehållsförteckning	Sidan
Sammanfattning.....	3
Målgrupp.....	4
Ekonomi.....	4
Projektorganisation.....	4
Genomförande, Steg 1, Steg 2 och Steg 3.....	4
Närvaro och deltagarförteckning.....	5
Utvärdering.....	5
Utvecklingsmöjligheter.....	5
Bilaga 1	
Deltagarförteckningar.....	6

Sammanfattning

Östermalm, en av fjorton stadsdelar i Stockholms stad. Östermalms stadsdelsförvaltning har hand om kommunal service och omsorg för de boende i stadsdelen. De ansvarar bland annat för kommunal förskola, äldreomsorg samt stöd och service till personer med funktionsnedsättning. Östermalms stadsdelsområde omfattar områdena Östermalm, Gärdet, Hjorthagen samt Norra och Södra Djurgården. I stadsdelen bor totalt 65 000 invånare.

I stadsdelens kommunala förskolor finns närmare 2 000 barn inskrivna. En kock ansvarar för maten och lagar frukost, lunch och mellanmål på varje förskola.

Östermalms förskolor har under många år lagat mat från grunden med hög andel ekologiskt. Under 2012 ligger inköpen av andelen ekologiska livsmedel på drygt 20 %. Gärdets förskolor har hela 46,4 % ekologiskt. Det är en viktig framgångsfaktor för en hållbar stad. Stockholms vision för 2030 är *Ett Stockholm i världsklass* och då är valet



och hanteringen av livsmedel och måltider en viktig del för att nå framgång. Välutbildad och engagerad personal i köken är av största vikt för att lyckas. Östermalms förskolekockar har kommit långt, men vill fortsätta att utveckla måltidsverksamheten ytterligare för att öka matglädjen och engagemanget i hela personalgruppen på varje förskola.

Efter beslut i nämnden har ledning och personal genomfört projektet Fokus Matglädje med syfte att stärka och lyfta måltiderna i förskolan för att stärka och förbättra barnens hälsa och samtidigt genom kvalitativa livsmedelsval främja hållbar utveckling. Man har tagit fram en vision och kostpolicy som läggs fram för beslut i stadsdelsnämnden den 18 december 2012.

En arbetsgrupp fick information om syftet med projektet i **Steg 1**. Efter det startade arbetet med kostpolicy.

Steg 2, teoretisk utbildning genomfördes vid två tillfällen. All personal i förskolorna bjöds in.

I Steg 2, den praktiska utbildningen, fokuserade man på vegetariskt, fisk, kött och mellanmål. Intresset och engagemanget var stort under de praktiska utbildningsdagarna.

I **Steg 3** redovisade personalen hur de kommer att göra medvetna inköp, pröva nya metoder och recept och fortsätta att ha en utvecklande dialog med pedagoger och chefer.

Fokus Matglädje	Steg 1, ledning	Steg 2		Steg 3	
Program	Matverksamheten i framtiden. Vad, hur, när ska det förändras? Vision.	Teoretisk	Praktisk	Ledning	Personal
		Bra mat i... förskolan	Vegetarisk, Fisk, Kött Mellanmål	Detta vill vi!	Uppföljning av metoder/recept livsmedelsval
Datum	12 april	22 maj	5 september 23 oktober	15 november	23 oktober
Deltagarantal	6 personer Nämndmöte, 15 december 2011	102 personer	16 + 16 = 32 personer 20 personer.	2 personer Nämndmöte 18 december	20 personer

Ellinor Moberg

Målgrupp

Målgrupper är personalen i Östermalms kommunala förskolor.

Ekonomi

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

Projektorganisation

Jacky Cohen, utvecklingssekreterare, Barn och ungdom och Ellinor Moberg har planerat genomförandet av projektet via nät och telefon. Mats Claesson, verksamhetsansvarig, har informerats under projektets gång.

Jacky Cohen har haft ansvar för inbjudningarna till deltagarna i projektets olika steg samt hållit i kontakterna med stadsdelsnämnden.

Genomförande av projektet

Planering och samordning har diskuterats över nätet och per telefon.

Information om projektet presenterades för nämnden den 15 december 2011. Nämnden beslöt att Östermalm skulle delta i projektet.

Steg 1. Under våren arbetar man med att ta fram en kostpolicy under ledning av Jacky Cohen med stöd av material från Hushållningssällskapet.

Steg 2. Bas – teori. Den teoretiska utbildningen angående Bra mat i förskola genomfördes den 22 maj på Norra Real. Totalt deltog **181** personer, det var förskolechefer, pedagoger och måltidspersonal.

Steg 2. Praktisk utbildning i livsmedelskunskap och matlagning. Under en dag, den 5 september genomfördes den praktiska utbildningen. Valet av klimatsmarta och ekologiska livsmedel var en viktig del i utbildningen. Det lagades vegetariskt, fisk- och köttträtter på Vackstanäs gymnasieskola.

Målet med de praktiska utbildningarna är att matgästerna skall få godare och mer varierad mat. Personalen får kunskap i rätt livsmedelsval, effektiva tillagningsmetoder och servering och hur allt påverkar kvaliteten och upplevelsen av måltiden. Man satsar ytterligare på att laga mer mat från grunden.

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

I *Fisk- och köttutbildningen* lyfts frågor om hållbar produktion. Fiskenäringen och dess miljökonsekvenser av utfiskning, odling och miljögifter diskuteras. Det finns olika miljömärkningar för fisk, bl. a. MSC. Det är viktigt att vara tydlig med vilka kriterier stadsdelen ställer vid upphandling av både fisk och kött. Rationella tillagningsmetoder och ny teknisk utrustning presenteras och används i utbildningen. Rätt val av metod syftar de till att ge minimalt med tillagningsvinn och hög matkvalitet. Temperaturkontroll och exakthet i matlagningen används för att ge ett kvalitativt högt matresultat.

I *Mellanmålsutbildningen* poängteras värdet av matiga mellanmål som ger både näring och energi. Mellanmåls byggstenar är dels mjölkprodukter, dels spannmålsprodukter som bröd, gryn och flingor och frukt och grönt. En mängd lättbakade bröd bakades, gröt kokades och mjölkdrinkar

blandades, allt för att inspirera. Utbildningen genomfördes i Upplands Väsby, i Konsum Norrorts utbildningskök på Optimusvägen.

Steg 3. Utvärdering och fortsatt förändringsarbete. Samtal med arbetsgruppen som ansvarar för vision och policy genomfördes den 15 november och uppföljningssamtal med kökspersonalen den 24 oktober. Intresset att förändra och ta till sig nya metoder och recept har varit stort. Köken arbetar intensivt med att ha en inspirerande dialog med pedagogerna.

Närvaro/Deltagarförteckningar

Steg 1; Utvecklingsansvarig, verksamhetschef och engagerade kockar.

Steg 2; Måltidspersonal, pedagoger och förskolechefer från stadsdelen.

Steg 3; Måltidspersonal respektive ledningsgrupp.

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 nya recept provas i måltiderna. Man kommer att satsa på mer ekologiskt och har ett mål på 25 % 2013. Varje dag serveras en rätt till lunch och 3-4 olika grönsaker som man väljer efter säsong. Man kommer att satsa mer på lokala livsmedel och strävar efter att i ännu högre grad laga mat från grunden i alla kök och mer variation på matsedeln. Alla är positiva och strävar efter att lyfta maten och måltiden på sina förskolor.

Utvecklingsmöjligheter

För att kunna utveckla måltidsverksamheten ytterligare framkom följande önskemål:

- För att kunna arbeta mer rationellt och säkert i köken behövs bättre utrustning som avsvåningsskåp, större och fler kylar, fler arbetsytor samt redskap och maskiner som fungerar.
- Man önskar bättre upphandlingsavtal för ekologiska varor och avtal med fler lokala leverantörer.
- Man ser fram mot bättre dialog med förskolechefer och den pedagogiska personalen för att lyfta maten och måltiden. Pedagogerna behöver mer mat- och livsmedelskunskap. Köket vill vara en tydligare del av förskolans verksamhet. Det är angeläget att utveckla en dialog om matens sinnlighet, hur man upplever doft, färg, smak och konsistensen i måltidssituationen. Här är Sapere-metoden ett konstruktivt verktyg.
- Mat och måltidsutveckling tar tid och man önskar därför mer tid för planering och samordning av detta.
- Tillsammans med förvaltningen vill man förmedla och sprida information om stadsdelens matprofil, vision och kostpolicy. Man strävar efter att lyfta in matens betydelse för barnens hälsa samt för miljön och hållbar utveckling.
- I presentationen av stadsdelens förskolor på nätet är det värdefullt att visa att man satsar på maten. Mat som är lagad från grunden av livsmedel som är upphandlade efter tydliga kvalitetskriterier. Det skapar matglädje i måltiden.

Ellinor Moberg
november 2012

BILAGA 1

Deltagarlistor
Östermalms stadsdel

Projekt Fokus Matglädje

Östermalm, Steg 1, ledningsgrupp för vision och riktlinjer i förskolan

Den 12 april 2012, kl. 13.00 – 15.00

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
Jenny Colm	Ö. Sef.
Emma Sandberg	Hjörshagen - Karlavägen
Annika Östfeldt	Gustav Adolf.
Wibe Johansson	Centrale Östermalms förskola
A	bitr. förskolechef
Cristel Tingman	CRISTEL TINGMAN

Projekt Fokus Matglädje

Östermalm, Steg 2, Basutbildning Bra mat i förskolan

Den 22 maj 2012, kl. 16.30 - 18.30, Norra Real, Roslagsgatan 1

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
Marionette Videgrind	Kock på Breitenfelts förskola
Nelly Inman	Hedvig Eleonora
Pia Brötin	Lärkstadeus förskola
Karin M. Westerlund	Hedvig Eleonora
Eva Hjartberg	- -
Tommy Rydell/Brodin	- -
MARZOUK MUSTAPHA	- -
Elena Makychina	- -
Annika Hawutky	- -
Susanna Lindqvist	Centrala Östermalm-Nyponet
Petra Lindstedt	Fsk Tegeludden
Amra Muratovic	Fsk Tegeludden
Susanna Schönberg	Fsk Tegeludden
Anna Gundmar	Sandhamn fsk.
Kristelle Fulle Johansson	Oceanen s för. kock
Örn Jensen	Ö-malm SDF
Guilla Sjölund	Fsk Gustav Adolfs
Elisabet Nilsson	Fsk. Plassen
Tanjic Antwin	- -

Projekt Fokus Matglädje

Östermalm, Steg 2, Basutbildning Bra mat i förskolan

Den 22 maj 2012, kl. 16.30 – 18.30, Norra Real, Roslagsgatan 1

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
Sigrid Nilsson	Gårdsbackens förskola
Aurthe Bodin	FÖRSKOLAN EIO
ALICIA WAREVINGE	— " —
Jenny Lurstarinen	Förskolan Filosofen
Anna Karin Lepik	— " —
Jeanette Hansson	Bigarrågårdens förskola
Helena Lundgren	Körsbärets fsk
Christina Bergström	Kucl damen
Therese Legnell	Fsk Greven
Sandra Andersson	Fsk Nyponet
Veronica Appelbring	— " —
MARTIN CARLBAUM	— " —
Anneli HOLSTEIN	BARNSKÖTARE / Hälso coach
Annsofie Akertund	Hedvig Eleonora fsk. Barnskötare
Lena Risberg	Fsk / Hälso coach. Centrala Örnmalms förskola
SUSANNE RUNDKVIST	BSK HEDVIG ELEONORA FSK
Yvonne Norén	BSK Hedvig Eleonora FSK
Ida Mikaelsson	FSK Hedvig Eleonora
Malene Gyllenwall	— " —

Projekt Fokus Matglädje

Östermalm, Steg 2, Basutbildning Bra mat i förskolan

Den 22 maj 2012, kl. 16.30 – 18.30, Norra Real, Roslagsgatan 1

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
ALINE WARNEKE	FÖRSKOLAN GREVEN FÖRSKOLLÄRARE
IRENE WINERUD	FSK.GREVEN FÖRSKOLLÄRARE
SILVIA ESSENBERG	FSK.GREVEN FÖRSKOLLÄRARE
FRIDA NILSSON	FSK GREVEN fskl.
KERSTIN LEVIN	Fsk Orron - 11 -
Cem RECEPAGALAA	Fsk Orron - kök.
Gunnel Mattiessen	Fsk Greven - Förskolare
Linda Grundström	Fsk Storg, Förskolare
Anne Berit Nyngås	FSK storg förskolelärare
Leena Pöck Hansen	Hedvig Eleonora Storg. 23 förskl.
Amanda Forsström	- 11 - Skepparg. 34
Tina Lindberg	- 11 - Styrmansgatan 14B Fokus
Dasiree Carrion Lizano	Fsk. Nyponet Förskolare
Levulla Strömberg	Fsk Nyponet, förskollärare
Therese Zueland	Fsk Nyponet, förskollärare
Gabriella Schuidt	- 11 -
Patric Friberg	Fältöversten / Förskola
Ingegerd Jonsson	- 11 -
Anders Gustafsson	Gårdets fsklor

Projekt Fokus Matglädje

Östermalm, Steg 2, Basutbildning Bra mat i förskolan

Den 22 maj 2012, kl. 16.30 – 18.30, Norra Real, Roslagsgatan 1

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
Alexandra Olovsson	borta Östermalms förskolor
MOLIN BEERKIST	FSK SKIPPET
Lisa Becker	FSK Hedvig Ekenhorn
Lars Tegrin	FSK NYRONET
Gudrun Jönner	Gårdets förskola
Kersti Falk Johansson	Fsk skeppet / köck
Mann Boklin	Skippets sk / förskollärare
Annica Andersson	Oceanus förskola
Agneta Lindberg	Stadions fsk
Sofia Lyderfelt	fsk gårdensbacken
Eva Vidner	—
Sören Ull	— —
Qian Zhao	— —

Projekt Fokus Matglädje

Östermalm, Steg 2, Basutbildning Bra mat i förskolan

Den 22 maj 2012, kl. 16.30 – 18.30, Norra Real, Roslagsgatan 1

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
Annica Löfstrand	Hedvig Eleonors förskola Skeppareg. 59 / Förskollärare
Maximiliano Rodriguez	Hjertager förskola
Daria Kusmierczuk	Förskolan Forskaren
Eva Receptagaler	— —
Ludvina Jonsson	Förskolan Forskaren
Leila Farah	Förskolan Forskaren
Taina Zbinden	Taina Frsk Mässen
Kersti Kandell	Stadions förskolor
Karin Hammarström	Gustaf Adolfs förskola
Elisabeth Ekstedt	Stadions förskolor

Projekt Fokus Matglädje

Östermalm, Steg 2, Basutbildning Bra mat i förskolan

Den 22 maj 2012, kl. 16.30 – 18.30, Norra Real, Roslagsgatan 1

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
Lena Jansson	Hedvig Eleonora fsk. förskollärare
Annie Bergstedt	—————
C. Jönsson	Engelhorn Lb fsk
Jenny Engström	Förskolan Filisofen
Bugetta Bond	Fsk Filisofen
Greta Mersenic	Fsk. Engelbreds
Cristel Tinman	Fsk LBS/Skaten
Mikael Jönsson	bitr. chef Carlskilda
Inga-Len ELO	Forskarbackens förskola
Shuk Lin Chong	Hedvig Elenora fsk. kök
Chok Yung	—————
Nicola Jönsson	kök i juvel förskola

Projekt Fokus Matglädje

Östermalm, Steg 2, Vegetariskt, fisk och kött Praktisk matlagning m teori

Den 5 september 2012, kl. 8.30 – 12.00, Vackstanäs

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
Shuk Lin Chong	Hedvig Elenora fsk / kökbiträde
Chui - Yung Chok	" "
NICOLAS DELONINCK	Gruven Förskola / kock.
Liselotte Falk Johansson	Oceanca's för. kock
Susanna Schönberg	Tegeluddens förskola kock
Taini Zbinden	Förskolan Mässen kock
Catharina Wahlström	tik. Lärkstadens förskola / kock
Maximiliano Rodriguez	Hjorthagen Förskola / kock

Projekt Fokus Matglädje

Östermalm, Steg 2, Vegetariskt, fisk och kött Praktisk matlagning m teori

Den 5 september 2012, kl. 8.30 - 12.00, Vackstanäs

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
CRISBET TINGMAN	FSK LITEN BLIR STOR+ SKATAN ^{KOCKA}
Christina Bergström	Fsk Rindlamen Kockerska
SUNILLA STJESTEDT	- " - GUSTAV ADOLFS KOCKERSKA
Tiina Lindberg	" Hedvig Eleonors + -
Patrik Friberg	FSK FRILTÖVERSTEN
Marcus Falk Johansson	Fsk Skeppet Koch
Zadoslava Pasovic	HEDVIG ELEONORA F.S. - -
'Rasa Sepaku' Dorami	OLAUS PEIRI F.S.K.

Projekt Fokus Matglädje

Östermalm, Steg 2, Vegetariskt, fisk och kött Praktisk matlagning m teori

Den 5 september 2012, kl. 13.00 – 16.30 Vackstanäs

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
Liselotte Falk Johansson	Oceanus förskola
Shuk Lin Chong	Hedvig Elenora tk
Chui-gung Chok	— " —
Catharina Wahlström	Lärkstaden förskola
Toumi Zbinden	Förskolan Mässen
Susanna Schönberg	Förskolan Tegeludden
Nicolita Deodinsk	grewen förskola

Projekt Fokus Matglädje

Östermalm, Steg 2, Vegetariskt, fisk och kött Praktisk matlagning m teori

Den 5 september 2012, kl. 13.00 – 16.30 Vackstanäs

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
CRISBET TINGMAN	LITEN BLIR STOR/SKATAN KOKKA
RASIA SEPAHI DORANI	OLAVUS PEIRI FÖRSKOLA
Tiina Lindberg	Hedvig Eleonoras Förskola, kok.
Radoslava Pasovic	————— 4 —————
Marcus Fålk Johansson	Fsk Skeppet kock
PATRIK FRIBERG	Fsk Fältöversten
Christina Bengström	Fsk Ruddamen
Emilia Sjörstedt	Fsk Gustav Adolfs kock

Projekt Fokus Matglädje

Östermalm, Steg 2, Mellanmål och bakning Praktisk matlagning m teori

Den 23 oktober 2012, kl. 09.00 – 13.00 Konsum butiken i Upplands Väsby

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
RASA SEPAHI DORANI	OLAUS PEIRI FÖRSKOLAN
SHUK LIN CHONG	HEDVIG ELEONORA FSK (SKEPPAREG),
Radoslav Pasović	— " —
Chui-Yung CHOK	— " —
Catharina Wahlström	Larkstadens fsk.
Cristina Jan Jansson	Forskaren Förskolan
Grete Marsonic	Villegsten försk.
Christina Bergström	Ruddammen
Ulf-olle Full Johanson	Oceanen fsk
Annika Sjödelt	Gustav adolfs fsk
Stefan Heuller	RODEN GYMNASIET / LÄRARE
Tjine Lindberg	Hedvig Eleonoras Försk.
Marcus F Johansson	Fsk Skeppet
PATRIK FRIÖRG	FSK FÄLTVERSTEN
Maximiliano Rodriguez	Hjordhagen.
Toini Zbinden	Fsk Mässen
Cem RECEPAGALAE	Orren förskolan
Deconina Niclas	Brevlén förskola
MARIN CARLBAUM	NYPONET
CRISBET TINGMAN	LBS/SUATAN

Projekt Fokus Matglädje

Östermalm, Steg 3, Uppföljning och implementering

Den 23 oktober 2012, kl. 13.00- 14.30 Konsum butiken i Upplands Väsby

NAMN	ARBETSPLATS/BEFATTNING
CRISBET TINGMAN	SVATAN / LITENBLIR STOR
GUNILLA SJÖSTEDT	AUSTAV ADOLFS FSK
RASA SEPAHI DORANI	OLAUS PETRI FSK.
CRISBET TINGMAN	Li
Nicolas Dewonik	Graven förskola
Toini Zbinden	Frsk Mässen
Marcus F. Johansson	Frsk Skeppet R
Liselottefall Johansson	Frsk Oceanen
Catharina Wahlström	Lärkstaden frsk.
STEFAN BREUMER	RODENGYSKOLEN / NFE
Shuk Lin Chong	Hedvig Etenora frsk/Skepparg. 3A
Tiine Lindberg	- - Styrmansg. 26
Chui-Yung Chok	- - - -
Zadostava Pasovic	- - - - Storgatan 23
Cristina Jan Jansson	Forskaren förskolan Forskabacken 14-18 104 Stockholm
Cem RECEPAGALAR	Orren Förskolan
MARTIN CARLHAMN	NYRONET
Christin Bergström	Ruddammen
Andrej Misenic	Hillsgratan 12
Patrik Friberg	Frsk Fältöversten.
Maximiliano Rodriguez	Hjort hägen förskola.