



Måltidens Mervärde 2018

29 OKTOBER I VARA

En dag som riktar sig till alla som arbetar med människor och måltider inom förskola, skola, vård och omsorg.

FÖRMIDDAG **Monika Ahlberg, moderator, inleder dagen.**
09.30-12.30 **Kristina Jonäng (C) regionråd Västra Götalandsregionen, officiellt välkomnande**

Måltiderna i äldreomsorgen är i rampljuset när **Anna-Karin Quetel**, nutritionist vid Livsmedelverket, belyser de nya individfokuserade råden *Bra måltider i äldreomsorgen*. Mat i en trivsamt miljö är ingen lyx utan är en rättighet för alla äldre. Goda inspirerande exempel utlovas.

Paus

Måltidsforskaren **Richard Tellström** tar oss på en spännande resa om våra måltidsvanor och varför de ser ut som de gör. Vad är förklaringen till vårt samtida sätt att skapa en individuell diet? Föreläsningen berör också hur vi influeras av andra matkulturer och vad det är som gör att matkulturen ändras över tid. Richard är bland annat känd från tv-rutan som expert i SVT:s succéprogram *Historieätarna*.

LUNCH
12.30-13.30 Lagmanskökets kända lunch serveras med tema fisk och grönt.

EFTERMIDDAG
13.30-17.00 Hur påverkas maten genom våra sinnen? När du inte kan "äta" med ögonen utan måste använda dina andra sinnen? Det vet **Anna Bergholtz**, inspiratören och föreläsaren som får dig att tänka i nya banor. Anna förlorade synen i vuxen ålder, men säger att hon aldrig varit så seende som nu. Med humor och tankvårdhet delar hon med sig av sina erfarenheter kring mat bortom syn.

Fika

Tomas Gunnarsson är en folkkär föreläsare som engagerar och inspirerar. Han är författaren bakom boken *Att överlista Jante – om konsten att lyfta sig själv och andra*. På temat mindre stress och mer arbetsglädje visar Tomas hur vi kan lyfta både oss själva och andra!

Quiz med fina priser och avslutning av dagen



Vår moderator är **Monika Ahlberg**. Självlärd kock med hög inspirationsfaktor. Hon är Sveriges mest lästa kokboksförfattare, tv-kock och ambassadör för Sveriges småskaliga mathantverkare.

Fram till år 2000 drev hon Rosendals café, kök och bageri, idag hittar vi henne på Thielska Galleriet i Stockholm.



Anna-Karin Quetel



Richard Tellström



Anna Bergholtz



Tomas Gunnarsson

