



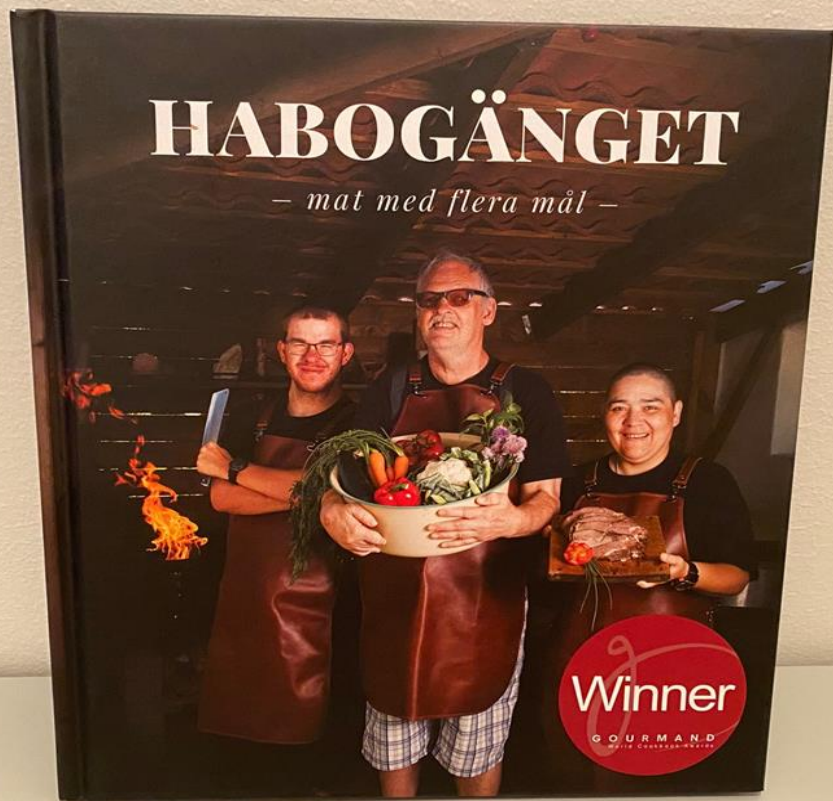
Högskolan
Kristianstad

Hälsöfrämjande måltider inom LSS – Mat med flera mål

Ett samarbete mellan Högskolan Kristianstad och
Sesam, daglig verksamhet inom LSS, Lunds Kommun

Utematlagning och att laga mat tillsammans





Syftet med projektet

Att utifrån ett deltagarbaserat perspektiv studera betydelsen av matlagning tillsammans och gemensamma måltider och hur det kan främja upplevelsen av hälsa och välbefinnande hos personer med intellektuell funktionsnedsättning. *Del 1 av projektet. Pågående!*

Utifrån detta är vidare syftet att utveckla, testa samt utvärdera en webbaserad utbildning om matlagning tillsammans och gemensamma måltiders betydelse för personer inom LSS-verksamhet (inkluderat brukare, boendestödare och personal inom daglig verksamhet). *(Del 2 och 3 i projektet, kommande)*

Del 1 – Upplevelsen av att laga mat tillsammans

- Observationer
- Digital dagbok – bilder, video, text kring att laga mat tillsammans
- Analys av inlägg på sociala media
- Fokusgrupper med deltagare och personal

Personer med intellektuell funktionsnedsättning - en heterogen målgrupp

- Generellt sett sämre hälsa jämfört med andra personer (Cooper, et al., 2015; Hughes-McCormack, et al., 2018; Nylander et al., 2014).
- Ohälsosamma matvanor oftare ett problem
 - Äter oftare ensam (se t ex Umb-Carlsson & Sonnander, 2005).
- Måltiderna betydelsefulla för att utveckla och stärka sociala och kommunikativa färdigheter (se t ex Adolfsson et al, 2010).
- Måltiden som både medel och mål

NÅGRA PRELIMINÄRA IAKTTAGELSER...



- Att lära och att våga
- Att samarbeta
 - En läser receptet, en annan plockar varor...
- Stolthet och platsens betydelse
- Glädje och förväntan

Tack för att ni lyssnade!

Maria Nyberg, docent, bitr. professor sociologi.
Avdelningen för Mat- och måltidsvetenskap,
Högskolan Kristianstad
maria.nyberg@hkr.se

Eva-Lena Einberg, lektor i Hälsa och vårdvetenskap,
Högskolan Kristianstad. Eva-lena.einberg@hkr.se