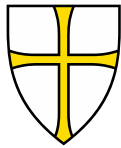


Velkommen til webinar den 19. januar 2021

Matsmarte valg: Folkehelse, trivsel og mat i helse- og omsorgssektoren

- Velkommen ved Frida Ekström, Nettverk Lavutslipp Trøndelag
- Å spise norsk, å spise sesong og å spise opp: hva er klimasmart mat? ved Rune Hedegart, Trøndelag fylkeskommune
- Godt eksempel: Helsehuset og kjøkkenet i Malvik kommune, ved Åshild Johansen, Malvik kommune
- Godt eksempel: Matsatsing ved Leksvik helsetun, ved Bjørn Erik Vangen, Indre Fosen kommune
- Tid til spørsmål



Klimasmarte matvalg

- spis norsk**
- spis sesong**
- spis opp!**

Rune Hedegart

Avdeling for plan, næring og kulturminner



Fordi:

Vil Trøndelag:



Matsystemet står for
20-40%
av det totale med
klimagassutslipp



25%
av mat produsert
havner i søpla



Produsere og foredle
best mulig mat på
lokale ressurser



Redusere matsvinn i hele
verdikjeden

utnytte muligheten for å
øke produksjonen av mat
og proteinvekster for økt
selvforsyning



Spis norsk og helst lokalt



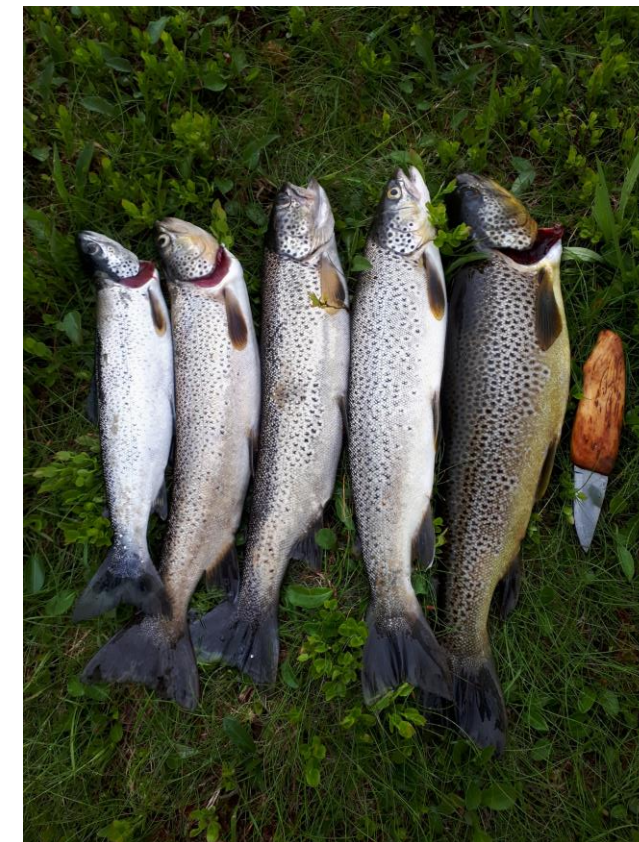
- Gjennom Landbrukets klimaplan forplikter aktørene seg til å redusere utslipp frem mot 2030.
- God dyrevelferd gir sunne dyr som utnytter ressursene godt og gir god avdrått. Dette er klimasmart.
- Begrenset antibiotika og sprøytemidler i norsk landbruk.
- Minst mulig transport, handtering, mindre fare for svinn, utnytter produksjonsarealene.
- Lokal mat kan skaffes mindre prosessert/bearbeidet, rimeligere sortimenter/stykningsdeler, mer sesongtilpasset.
- Nasjonal/regional verdiskaping.



Spis sesong



- Fordi det kan skaffes lokalt, reduserer frakt og lagring (som kan gi svinn), er ferskere, rimeligere, mer næringsinnhold, bedre smak....
- Noe å glede seg til; jordbærsesongen, nypotet, salat, epler, skogsbær, sopp, lam, grillmat, torsk, ...
- Utenom sesong bør lagringsdyktige grønnsaker brukes.
- Frosset er bedre enn langtransportert ferskt? Kan dere kjøpe mye i sesong og fryse, sylte, hermetisere?
- Lag lagerrom/grovkjøkken og kjøp potetskreller i stedet for vakuumpakka poteter.
- Kan dere ta inn større stykningsdeler og foredle sjøl? Biffen er dyr, men ikke nødvendigvis best! Kraftbein, senete kjøtt
- Kokkene må bruke kompetansen sin; kniv i stedet for saks!

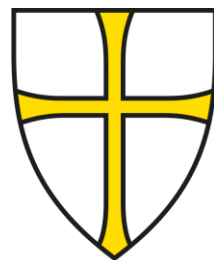


Spis opp og unngå svinn



- Tallerkenstørrelse.
- Rekkefølge på maten ved buffe. Kjøttet til slutt; legg evt på dette.
- Kjøttet er mer anvendelig og blir «drygere» i gryter med mange gode grønnsaker («kjøttforlenger»).
- Hva med mer graut av forskjellige typer (med nøtter og frukt), i stedet for brød som fort blir tørt og må kastes?
- Hva kan gjøres annerledes som skaper tid til egenproduksjon? Dyrt å kjøpe halvfabrikata; kan spare penger og heller bruke tida til å lage det selv.
- Det er forskjell på hverdag og fest. En hverdagssuppe skal være god, men kan være enkel – og på den måten skape rom for noe ekstra til helg/fest.





Trøndelag fylkeskommune

trondelagfylke.no | fb.com/trondelagfylke



Fra matsvinn til matglede



Inspirasjon 19.01.21
Åshild Johansen og Lise Karin Dybvad

Finansiering:

- Mottatt kr 845 000,-
fra Miljødirektoratet.
- Periode august 19 -
september 21



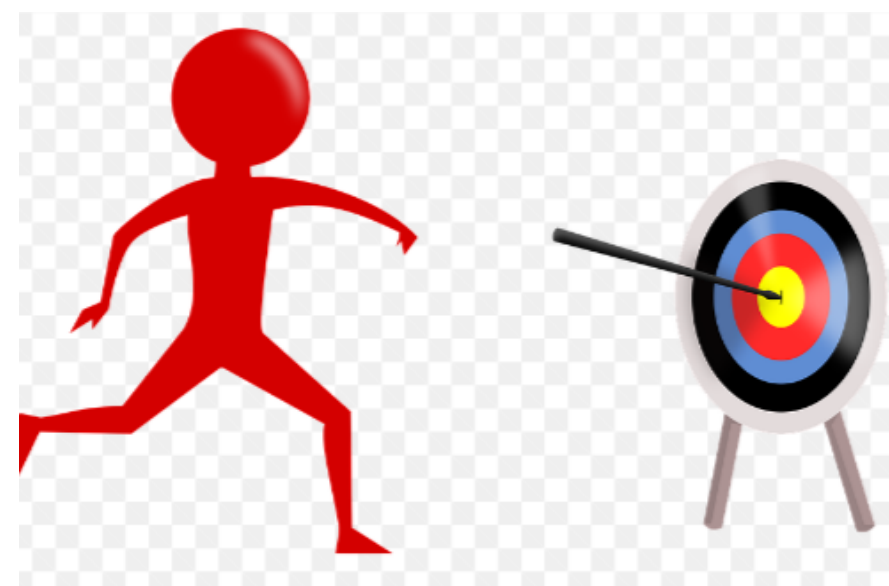
Prosjektgruppe:

- Anne Lise Edvardsen
- Wenke Haug
- Merethe Winge
- Åshild Johansen
- Lise Karin Dybvad



Hovedmål : Måltidet, fra holdepunkt til høydepunkt

- øke kompetanse på ernæring til ansatte
- øke kunnskap om bruk av restemat
- øke kunnskap om holdbarhetsdatoer
- øke kompetansen på hygiene i håndtering av mat
- reduksjon av emballasje ifht til mat
- beholde matgleden som finnes i dag



Pulsmåling i fra avdelingene:

Det tar nesten av, flere ansatte engasjerer seg
Positivt at nattevakter baker brød og kaker
Smitter over på andre oppgaver, blir mere kreativ for å løse
ordinere og ekstra oppgaver
Bidratt til aktivitet for beboerne, bidrar, ser, lukter, mimrer



Nattevaktene har bakt brød



Lefsebaking på dagtilbudet



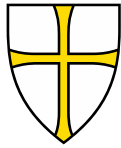
Sommerlunsj med
smoothie av rester, ost,
kjeks og frukt



Julelunsj med laks og eggerøre







Trøndelag
fylkeskommune



Matsatsing ved Leksvik helsetun

Bjørn Erik Vangen, Indre Fosen kommune



Webinarer: Fra gård til gaffel, matsmarte valg

Velkommen til webinar den 17. nov kl. 12.30 - 13.45

Matsmarte valg: Folkehelse, trivsel og mat i skole, barnehage og VGS-kantina

- Velkommen ved Frida Ekström, Nettverk Lavutslipp Trøndelag
- Innledning ved Oi trøndersk mat og drikke, ved Kristine Rise: mat i et trøndersk perspektiv
- Mat og måltidsglede med skolemåltid i Trøndelag, ved Liv Gystad, Fylkesmannen Trøndelag
- Godt eksempel i fra barnehagen: Ilabekken barnehage ved Anita Kvien
- Godt eksempel i fra kantine: Mære landbruksskole ved Rita Natvig
- Tid til spørsmål

Ingen påmelding.

Delta direkte gjennom å trykke på linken her nedenfor:

[🔗 Bli med i Microsoft Teams-møte](#)

Klima

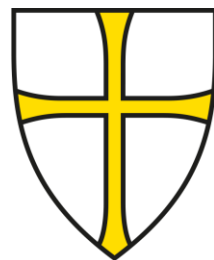
[Klimaomstilling](#) >

[Klimatilpasning](#) >

[Utslippsreduksjon](#) >

[Fakta og forklaringer](#) >

[Webinarserie](#) >



Trøndelag fylkeskommune

trondelagfylke.no | fb.com/trondelagfylke