



MatGlad Familjen

– matlagning oavsett funktionsförmåga



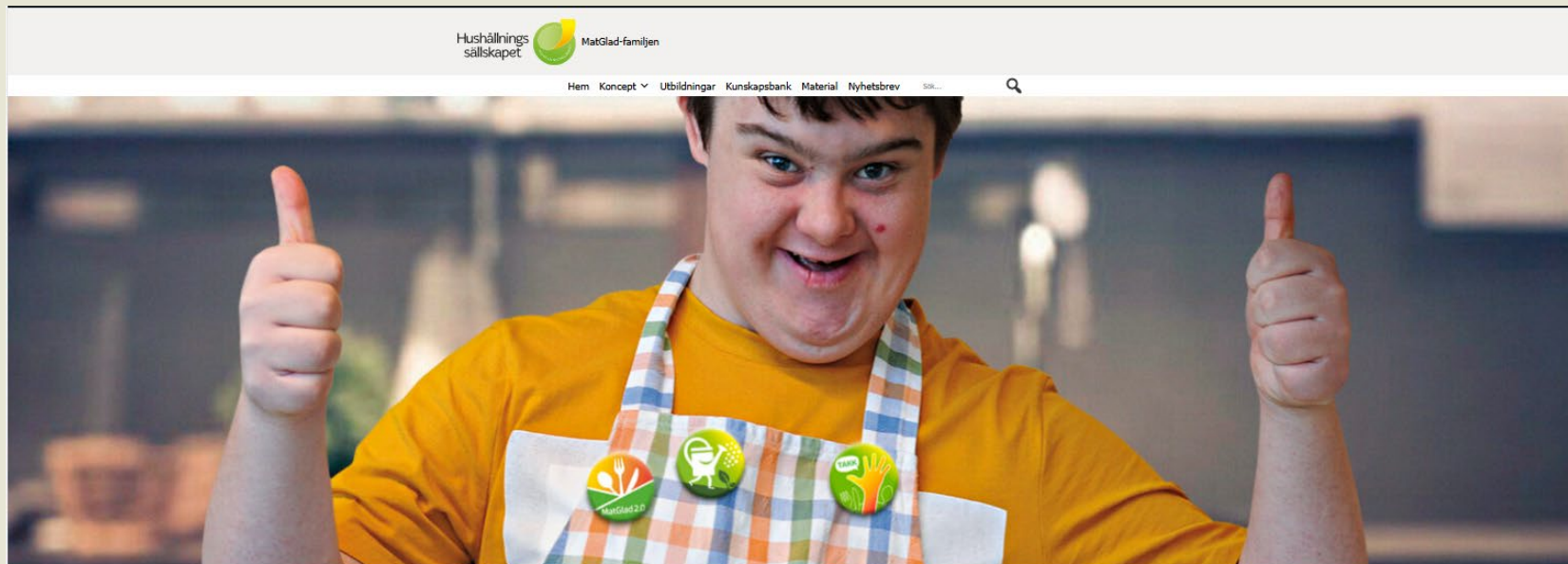


MatGlad-familjen





www.matglad.nu



Upptäck MatGlad Familjen

Välkommen till MatGlad Familjens webbplats! Här hittar du appar, koncept och material som gör matlagning roligare och enklare. MatGlad Familjen kan bidra till självständigt arbete och till bra mat- och rörelsevanor anpassat efter olika personers förutsättningar och behov.

Alla våra appar och koncept är utvecklade för och tillsammans med personer som behöver extra stöd i vardagen, till exempel personer med olika intellektuella funktionsnedsättningar eller kognitiv svikt. De passar också barn, unga och nybörjare.

Vi vill att alla ska kunna lyckas i köket!



MatGlad 2.0
Kökboksapp steg-för-steg med text och bild på enkel svenska. Smarta funktioner och tydlig



MatGlad-helt enkelt
Kökboksapp med steg-för-steg



Matglad-helt enkelt -TSP
Kökboksapp med bilder, film, text



TAKK-för-maten
Kökboksapp med bilder, film, text, tal och TAKK (tecken som alternativ, kompletterande)





Våra appar

- Digitala hjälpmedel som används vid praktiskt arbete
- Snygg, enkel design men inte barnsligt
- Fria från reklam
- Kan användas på dator, surfplatta, mobiltelefon och visas på skärm
- Kostnadsfria
- Alla har webbversioner, vissa finns som appar
- Utan inloggning (undantag rörelseappen GoGlad)
- Kan användas både i skolan och i hemmen
- Recepten bygger på de svenska officiella matråden för hälsa och miljö





Hur och av vilka används apparna idag?

- Självständigt eller tillsammans med stödperson
- I hem- och konsumentkunskap i anpassad skola och grundskola
- Personer med lindrig IF i olika åldrar
- Vid synnedsättning
- Vid celiaki, mjölkallergi, vego
- Personer med kognitiv svikt eller personer som behöver stöd av olika slag
- Barn, unga, ovana matlagare

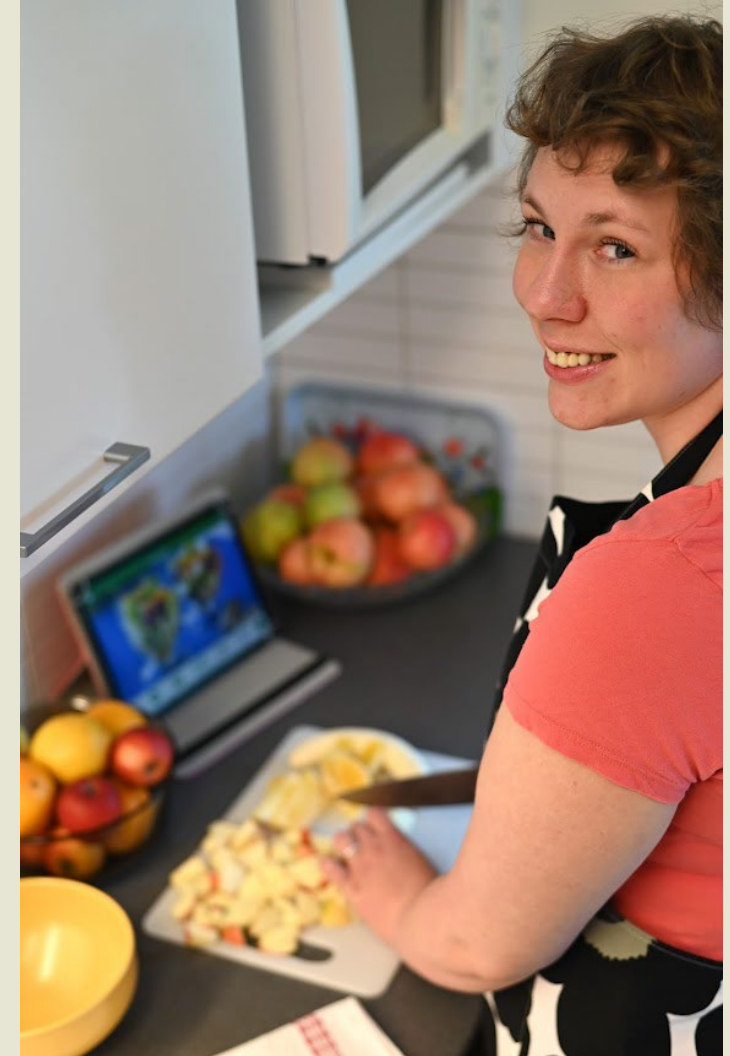




Vad kan apparna bidra till

- Ökad självständighet och delaktighet för målgruppen
 - Kan bidra till bra matvanor och ekonomi
 - Inspirations- och utbildningsmaterial, arbetsredskap/hjälpmedel
 - Många nedladdningar
 - * 2 900 - Google Play
 - * 5 000 – AppStore
- + användare i webbversion

*maj 2025





Utvecklade i nära samarbete med målgruppen

- Styrgrupp
 - Referensgrupp
 - Fokusgrupper
 - Testning
-
- Målgruppen
 - Personal inom omsorg och skola
 - FUB, SPSM, SRF, Attention, Autism Sverige m fl





Fyra inspirerande filmer om bra måltider

- Filmerna har tema frukost, festmåltid, fredagsmys och picknick.
- Ger inspiration till bra och varierade måltider, samt för att visa hur appen MatGlad 2.0 kan användas för att öka medverkan och självständighet.



Nyhet



Kontakt MatGlad

Matkonsulter, Hushållningssällskapet Västra

- Cecilia Sassa Corin, 0521-72 55 61, cecilia.corin@hushallningssallskapet.se
- Eleonor Schütt 0521-72 55 62, eleonor.schutt@hushallningssallskapet.se
- Martina Jönsson, 0521-72 55 60
martina.jonsson@hushallningssallskapet.se
- Anna Magnusson, 0521-72 55 63
anna.magnusson@hushallningssallskapet.se



Vad tycker användarna?

Några citat från Fokusgruppen i Skövde. 😊

- Lätt att laga mat
- Tydliga och bra recept
- Bra med bilder
- Roligt & kul
- Klarar mer själv utan personal





Hushållningssällskapet Västra

Vi vill öka landsbygdsföretagens konkurrenskraft och konsumenternas kunskap om mat

- Bildades 1791-1850
- 15 Hushållningssällskap
- Rikstäckande - regionalt baserade
- Fristående/obundna
- Ca 25 000 medlemmar
- Ca 1000 anställda
- www.hushallningssallskapet.se

