

Pressmeddelande 2009-12-03

Mama Mia i samarbete med Middagsfrid kring kostrådgivning till gravida och familjer

Skandinavien största privata kvinno- och barnhälsomottagning Mama Mia inleder ett samarbete kring kostrådgivning med Middagsfrid, Sveriges snabbast växande aktör inom hemleverans av matvaror. Samarbetet syftar till att hjälpa gravida och småbarnsfamiljer till en bra kosthållning med stort inslag av obearbetade råvaror, frånvaro av onödiga tillsatser och ett klimatsmart förhållningssätt.

Bakgrunden till samarbetet är att det skede i livet när människor bildar familj är ett perfekt tillfälle att se över sina kostvanor. Mama Mia möter familjer i en omvälvande tidpunkt i livet då många har en ambition att ändra sina kostvanor till att äta bättre. Det kan handla om att äta mindre tillsatser, mer ekologiskt, mer varierat, mer färsk fisk – men rätt fisk och mer klimatsmart och ekologiskt.

- För oss är det naturligt att arbeta med helheten när vi möter våra kunder och maten för hela familjen är en mycket viktig fråga. Om du äter bra mat mår du bra som gravid och att få barn att från början lära sig att äta bra och näringsriktig mat är mycket angeläget för oss, säger Christina Wahlström, VD och ägare till Mama Mia.

I en tid där matgiftlarmen haglar, ekologitrenden dundrar på och där klimathotet tornar upp sig blir det allt mer komplext att lyckas uppfylla sina ambitioner och det blir allt viktigare att få hjälp och guidning.

- Det här är något som jag har pratat med mina kunder om under 20 år utifrån vad jag kan inom det här området. Nu tar vi professionell hjälp av Middagsfrid, som på kort tid har seglat upp som en seriös aktör som jag har stort förtroende för i fråga om rådgivning för hur jag på ett enkelt och lustfyllt sätt ser till att ha en god och klimatsmart kosthållning, säger Christina Wahlström.

Samarbetet omfattar inledningsvis en del av Mama Mias webbplats – www.mamamia.se – skrivet av Middagsfrids VD och grundare Kicki Theander. Texterna handlar om onödiga och hälsotveksamma tillsatser och handfasta tips om hur man undviker dessa, olika råvarors klimatpåverkan och hur en familj kan bli mer klimatsmarta samt tips om hur man blir en smartare konsument.

- Riktigt bra mat lagas från riktiga råvaror - färsk fisk, färskt kött och färska frukter och grönsaker. Det handlar mycket om att undvika halvfabrikat och lightprodukter. Genom att undvika några av de värsta tillsatsprodukterna äter en familj mer hälsosamt och får mer för sina pengar, säger Kicki Theander.

En annan bakgrund till samarbetet är att Mama Mia och Middagsfrid inte tycker att någon myndighet tar kostfrågan på allvar:

- Det är ingen som talar om det här med tillsatser för gravida och Livsmedelsverket har inga särskilda rekommendationer kring detta. När de dessutom säger att det är fritt fram för lightprodukter blir jag betänksam. Därför har vi en viktig roll att spela, säger Christina Wahlström.

Tanken är att samarbetet med Middagsfrid ska utvecklas och kommer sannolikt att omfatta föreläsningar och på sikt kanske även en gemensam bok. Det går redan nu att köpa prenumeration på Middagsfrids tjänster i Mama Mias butik. En prenumeration innebär att ett hushåll får två matkassar med råvaror och recept för veckans alla vardagsmiddagar för fyra personer hemlevererade en gång i veckan eller varannan vecka. Alla recept och råvaror är noga utvalda med tanke på att det ska vara så lite onödiga tillsatser som möjligt och ett klimatsmart förhållningssätt.

För mer information:

Christina Wahlström, VD och ägare till Mama Mia, 070-390 00 37,

christina.wahlstrom@mamamia.se

Kicki Theander, VD och grundare av Middagsfrid, 073-728 11 48,

kristina.theander@middagsfrid.se

Se även <http://www.mamamia.se/>, <http://www.middagsfrid.se> och <http://middagsfrid.blogspot.com/>

OBS! Pressbilder kan laddas ner från: <http://www.middagsfrid.se/pressrum.aspx>

Mer om Mama Mia:

Mama Mia är Skandinaviens största privata mödravårdscentral. Mama Mia kan erbjuda både mödravård, preventivmedelsrådgivning, barnavårdscentral, urolog, gynekologi, ultraljud, kursverksamhet samt butik för tiden under graviditeten och den första tiden hemma. Företaget grundades 1988 och finns idag på fyra platser i Stockholm och har även en mottagning i Göteborg.

Mer om Middagsfrid:

Middagsfrids tjänst börjar i provköket och själva leveransen är en välplanerad kasse med just de råvaror som behövs för hela veckomenyn, för fem dagar och fyra personer. I kassen finns också de utprovade recepten utförligt beskrivna. Recepten är enkla, de tar normalt cirka 30 minuter att laga, och kan lagas även av oerfarna. Recepten tas fram och råvarorna väljs med hänsyn till tidsåtgång, näringsinnehåll, miljöpåverkan, smak och pris. Det mesta i matkassarna är färska råvaror och en hel del är ekologiskt, utan tillsatser och inte minst klimatsmart. Alla råvaror som behövs för veckomatsedeln plockas omsorgsfullt ihop och transporteras kollektivt i små kylbilar till hushållen.