

KOMMUNKONTAKT KUNGSÖR

Nr 3, november 2025

Smaksked, kompistänk och kreativa kockar

I kommunens kök pågår ett ständigt arbete för att minska matsvinnet, med planering, kreativitet och samarbete som viktiga ingredienser.

Måltiderna i skolor och äldreomsorg är mer än bara goda och näringsrika, de är också en del av ett genomtänkt arbete för att minska matsvinn. Genom planering, rutiner och samarbete tas ett helhetsgrepp om frågan. Kostchef Felipe Rivera berättar:

- Vi planerar våra menyer fyra veckor i förväg för att ha bra kontroll. Finns det råvaror i frysen använder vi dem först. På så sätt undviker vi onödiga inköp och ser till att allt tas tillvara.

 **Följ kostenheten på Instagram!**
@maltiderkungsor

När vi besöker skolköket på Hagaskolan berättar kockarna Sandra och Hiba hur de, precis som kockarna i kommunens alla kök, arbetar med att ta

vara på allt som blir över. Köttfärsås kan nästa dag bli pizza, köttbullar kan bli till mackor och pasta kan förvandlas till pastasallad. Även potatis och grönsaker får nytt liv i nya rätter.

- Vi försöker hitta nya lösningar och slänger väldigt lite. Ibland blir det små bufféer med flera rätter som fått nytt liv, berättar Sandra och Hiba.

Men att minska matsvinnet handlar inte bara om vad som sker i köken, utan också om hur måltiderna serveras. Bra lunchscheman gör att köerna flyter på och eleverna inte behöver ta mer mat än de orkar äta. Med smakskeden kan man prova en liten tugga innan man bestämmer sig för att lägga upp mer, vilket gör

det lättare att våga testa nya rätter. Och med kompistänket påminns eleverna om att ta lagom portioner så maten räcker till alla, också till kompisar som äter senare.

Även äldreomsorgen arbetar med att minska matsvinn. Menyerna utvecklas i dialog med de äldre, och kalla matlådor följs upp för att kvaliteten ska bli så hög som möjligt. Feedback ses som en tillgång, inte som kritik.

Svinnet mäts dagligen –



Sandra Lindberg och Hiba Aljizani, på Hagaskolan.

och det minskar. Bakom framgången finns påhittiga medarbetare som gärna delar idéer med varandra.

När skola, kök och omsorg samarbetar blir det mer mat på tallrikarna, mindre i soporna och måltider som både gynnar klimatet och gemenskapen.

Läs mer om bland annat:

En förskola som väcker nyfikenhet

Samarbete lyfter meritvärden

Att få göra det och på riktigt

Demokrati bygger vi tillsammans


Kungsör



En förskola som väcker nyfikenhet

När förskolan Paletten invigdes våren 2022 var förväntningarna höga. En helt ny byggnad och ett nytt arbetssätt för att skapa bättre möjligheter för både barn och personal. Tre år senare kan vi konstatera att satsningen var lyckad.

Varje morgon börjar på torget, förskolans hjärta. Därifrån sprids dagen vidare till avdelningarna, ateljén, sagohörnan eller ut på gården. Byggnaden är skapad för barnens självständighet med till exempel diskbänkar och fönster i barnens höjd, öppna ytor och smarta lösningar som toalett med ingång både från utegården och insidan.

- Vi ville skapa en miljö där barnen får vara självständiga och där vardagen blir enklare för både barn och personal. Idag ser vi att det fungerar väldigt bra, säger rektor Maria Lucas.

Små och stora lär av varandra

De sex avdelningarna är indelade i tre team, där yngre och äldre barn har möjlighet att mötas. Det gör att ett mindre barn kan delta i aktiviteter med äldre kompisar, och att övergångarna mellan avdelningarna blir trygga och naturliga.

Arbetssättet bygger på progression. De yngsta barnen får möta material som lera och blyertspennor på ett utforskande sätt, medan äldre barn använder samma material för att uttrycka idéer. Genom veckovisa reflektionsmöten kan pedagogerna dela med sig och planera tillsammans.



Biträdande rektor Anton Hatz och rektor Maria Lucas i ateljén på förskolan Paletten.

Fullt av möjligheter

Paletten deltog i forskningsprojektet "Framgångsfaktorer för funktionella förskolelokaler". Där framhölls bland annat barnens delaktighet i planeringen av den nya utemiljön som en viktig framgångsfaktor. Deras idé om ett djurtema har blivit en sköldpadda som kännetecken.

I den härliga utemiljön finns cykelvägar, scen, skogsdunge och en pergola som fungerar som utomhusateljé. Solljuset som bryts i plexiglasen blir till färgspel som väcker nyfikenhet.

Paletten har en egen kock som

lagar maten på plats. Barnen kan följa matlagningen på nära håll och matsvinnet hanteras i vardagen, ett arbete som alla kommunens kök bidrar till på olika sätt.

- Vi ser att andra är nyfikna på hur vi arbetar. Det känns roligt för vi är stolta över det vi har byggt upp, både miljön och arbetssättet, säger biträdande rektor Anton Hatz.

Tre år efter invigningen har Paletten blivit just det som var visionen: en modern förskola där barnens lärande, lek och gemenskap får växa i en miljö skapad för framtiden.



Pergolans färgglada tak skapar spännande reflektioner.

Målmedvetet samarbete lyfter meritvärden

På Kung Karls skola är vardagen full av engagemang. Här finns lärare som brinner för undervisningen, specialpedagoger som stöttar både elever och kollegor och ett elevhälsoteam som ser till helheten.

Tillsammans med många fler yrkesgrupper jobbar vi för en trygg och inspirerande miljö där våra elever kan utvecklas. Det ger resultat. Våren 2025

hade våra nior högre meritvärden än tidigare år – ett resultat av långsiktiga satsningar och ett starkt samarbete mellan alla som arbetar på skolan.

I vissa ämnen undervisar två lärare tillsammans för att stärka undervisningen. Våra specialpedagoger är nära verksamheten och finns

med i allt från klassrummet till betygssättningen. Elevsamordnare och elevhälsoteam arbetar sida vid sida för att varje elev ska känna sig trygg och få det stöd som behövs.

Vi är stolta över våra kompetenta medarbetare på alla kommunens skolor och det arbete som görs tillsammans varje

dag, för att ge eleverna bästa möjliga förutsättningar att lyckas. Tillsammans fortsätter vi utvecklingen framåt.



Kung Karls skola.

Följ skolans vardag på Instagram!
@kung.karls.skola

Att få göra det och på riktigt

En meningsfull fritid är inte en självklarhet för alla. Genom projektet "Att få göra det och på riktigt" vill vi öppna dörrarna till gemenskap, kultur och aktiviteter för människor inom LSS och socialpsykiatri.

För många är fritiden en självklar del av livet: träna i en förening, sjunga i kör, spela teater eller delta i olika aktiviteter tillsammans med andra. Men för vuxna med stöd inom LSS (lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade) eller socialpsykiatri är det långt ifrån alltid så enkelt.

Fram till juni 2027 driver Köpings kommun, tillsammans med Kungsör och Sala, projektet "Att få göra det och på riktigt" för att utveckla långsiktiga metoder som gör fritiden mer tillgänglig för brukare inom funktionsstöd. Målet är att alla ska få samma möjligheter att delta i fritidsutbudet och därigenom stärka både hälsan, gemenskapen och känslan av delaktighet.

- Det handlar om att ge alla samma möjligheter. Att kunna välja själv och känna att fritiden betyder något på riktigt, säger Kungsörs projektledare Niklas Johansson.

Hållbart och långsiktigt

Nu görs en kartläggning där våra brukare intervjuas om sina intressen och önskemål. Vill man spela fotboll, dansa, sjunga, bada, vandra i naturen eller kanske hitta något nytt?

Utifrån svaren tas kontakt med de föreningar som matchar önskemålen, men även fler föreningar, eftersom intressen kan ändras över tid.

- Brukarna bestämmer riktningen. Vi skapar förutsättningar och strukturer tillsammans med föreningslivet.

Projektet ska resultera i arbetsätt och nätverk som lever vidare även efter projekttiden. Det kan handla om aktivitetsscheman och samverkan mellan grannkommunerna och civilsamhället.

Projektet är öppet för idéer. Privatpersoner, föreningar och organisationer är välkomna att höra av sig med tankar och förslag på hur fritiden kan göras mer meningsfull för målgruppen.

- Vi vill att föreningar ser möjligheterna

och engagerar sig. Här finns chansen att tillsammans skapa en fritid som ger alla glädje, delaktighet och gemenskap som stärker hela samhället.



Niklas Johansson, projektledare för "Att få göra det och på riktigt".

Vill du veta mer eller bidra med idéer? Kontakta Niklas på tel: 0227-60 03 24, eller mejl: niklas.johansson@kungsor.se

Demokrati bygger vi tillsammans



Elham och Diya, studenter vid MDU och Kristoffer, handledare från kommunen.

Hur får vi fler att delta i demokratin och hur kan engagemang väckas? Under hösten belyser vi frågan med flera insatser.

Statsvetarstudenterna Elham Sarieh och Diya Saed från MDU, Mälardalens universitet, gör sin verksamhetsförlagda utbildning både i Kungsörs kommun och på

Länsstyrelsen. Uppdraget i kommunen är att undersöka varför utrikesfödda röstar i lägre grad än genomsnittet. Genom intervjuer möter de berättelser som visar på många olika

orsaker: brist på information, misstro mot myndigheter eller erfarenheter från hemländer där man tvingades rösta. Andra beskriver hur svårigheter på arbetsmarknaden och erfarenheter av diskriminering skapar känslan av att stå utanför samhället.

- Människor uppskattar att bli lyssnade på och många

vill gärna dela med sig av sina erfarenheter, säger Diya.

För kommunen blir undersökningen ett viktigt komplement till statistiken.

- Det ger oss en djupare förståelse och kan användas i det fortsatta arbetet med demokrati och delaktighet, säger Kristoffer Nyholt, nämndsekreterare och studenternas handledare.

På Kung Karls skola har niondeklassarna fått prova på hur det känns att rösta. I kommunhuset genomfördes ett skolval med riktiga valsedlar, valbås och valurnor. Det är en viktig förberedelse för vuxenlivet.

Under skolvalet passade Elham på att ge ett medskick till elever:

- Berätta för era föräldrar hur viktigt det är att rösta. Ofta kan barn och unga inspirera hela familjen att engagera sig.

Skolvalet och studenternas undersökning är två vägar för att väcka engagemang för demokratin. Nästa år är det val i Sverige, ett tillfälle för alla att använda sin röst och vara med och påverka.



Skolval i kommunhuset för årskurs 9 på Kung Karls skola.



Felanmäla enkelt via app eller webb

Via appen ”Tipsa&Fixa” eller webben kungsor.se/felanmalan kan du enkelt anmäla fel med gator, gatubelysning, snöröjning med mera.

Via vår app eller webb är du välkommen att meddela oss om gatubelysning som inte fungerar, problem med snöröjning, trasiga lekredskap, hål i gatan, nedfallna träd osv.

Gällande snöröjning är det viktigt att inte felanmäla för tidigt. Snöröjningen startar normalt när snöfallet slutar och det tar 12-16 timmar för oss att snöröja alla gator.

När ska du inte felanmäla på webb eller i app?

- Vid akuta ärenden som vattenläckor och miljöfara, då ringer du istället kommunens växel, på telefon 0227-60 00 00.

- Vid tips och önskemål om förbättringar, då lämnar du istället en synpunkt eller ett e-förslag.

Ladda gärna ner vår mobilapp Tipsa&Fixa

Mobilappen ”Tipsa&Fixa” kan du ladda ner via App Store, Google Play eller via QR-koden.



Mer information på:
www.kungsor.se/felanmalan

Jul i kungariket

När mörkret faller och adventsljusen tänds vaknar julstämningen till liv i Kungsör. Här väntar mys, musik och magisk julstämning för hela familjen.



Under första adventshelgen startar festligheterna när både den charmiga julmarknaden i Malmberga och den kreativa marknaden hos IsaFlora & Annas Design slår upp portarna den 29-30 november.

Här möts du av doften av glögg, vackert hantverk och julmusik – perfekt för dig som vill hitta unika klappar eller bara njuta av atmosfären.



Kom och upplev julen i kungariket med oss!

Hela julprogrammet med fler upplevelser, från luciafirande till julbio och stämmingsfulla konserter hittar du på: visitkungsor.se

Hjälp oss skapa en tryggare kommun

Har du upplevt en otrygg händelse, plats eller upptäckt skadegörelse? Nu kan du enkelt rapportera in detta via ett formulär på kommunens webbplats.

Rapportera otrygga händelser, platser och skadegörelse på webben:

www.kungsor.se/rapporterahandelse

Det du rapporterar förs in i vårt system Embrace, som vi använder tillsammans med Polisen och andra aktörer för att skapa en gemensam lägesbild. På så sätt kan vi rikta insatser och resurser dit de behövs som mest.

Observera att en rapport via kommunens formulär inte ersätter en polisanmälan.

- Vid akuta ärenden: ring 112

- Vid brott eller tips som inte är akuta: ring 114 14 eller besök www.polisen.se

Är du pensionär och vill hjälpa andra äldre? Välkommen till Frivilligservice!

Frivilligservice består av ideellt engagerade pensionärer som hjälper äldre genom att exempelvis stötta vid aktiviteter på kommunens mötesplatser för seniorer.

Det finns även frivilliga som håller i egna aktiviteter, såsom promenadgrupp och musikstunder men också de som kan erbjuda hembesök för en stunds social samvaro.

Vi behöver fler frivilliga som kan hjälpa till vid aktiviteter för äldre. Varje insats är värdefull och kommer ge dig mycket tillbaka. Välkommen till Frivilligservice, det är en fin gemenskap och du väljer själv vilka och hur många uppdrag du vill göra.

Vill du veta mer, eller har du egna förslag och idéer om aktiviteter?

Hör gärna av dig till kommunens aktivitetssamordnare: Anna Hellberg, 0227-60 01 85 eller Göran Böving, 0227-60 03 45.

Kommunkontakt Kungsör produceras av Kungsörs kommun. Informationen skickas ut till alla hushåll och företag i kommunen. Kommunkontakt finns även på www.kungsor.se, som taltidning samt att hämta på biblioteket och i kommunhusets reception.

Ansvarig utgivare: Henrik Junno, tf kommundirektör Kungsörs kommun

Produktion: Christina Emilsson, Kungsörs kommun

Foto: Kungsörs kommun

Vid frågor, synpunkter och tips, kontakta kommunikationsenheten, kommunikation@kungsor.se



Kungsör