

En måltid har flera dimensioner. Förutom matens näringsmässiga funktion uppfyller den även ett psykologiskt och socialt behov. Det kan handla om belöning, kärlek eller uppfostran. Maten kan också bekräfta den relation och gemenskap människor har till varandra. Måltiden kan se olika ut beroende på exempelvis kön, klass och kultur.

Mat och måltider tillsammans med andra människor är viktiga incitament för att känna livskvalitet, självkänsla och glädje. Alltså långt mer än att mat bara behövs för att överleva och tillfredsställa hungerkänslan. När vi t.ex. samlas runt sill och färskpotatis till midsommar är det mer än mat som lockar. En måltid är ett möte, ett sätt att överföra värderingar. Den gemensamma måltiden gynnar helt enkelt demokratin.

Gemenskap är ofta måltidens mål och aptiten kommer i gemenskapen runt bordet men det finns en allt för hög andel ensam-ätare, även om många försöker lösa problemet genom att hitta nya relationer och sociala nätverk. Ensamheten är svår att hantera och blir väldigt påtaglig i samband med måltider.

Måltidens betydelse som en samlande och social faktor är livsviktig. Vi bör alla komma ihåg och lära oss på nytt detta att dela mat samman med familjen och vänner är otroligt viktigt. Det att laga mat skall vara som en liten marsch mot något positivt.

Vi behöver öka förståelsen för måltidens samlande kraft och inte minst viktigheten bakom måltiden som en samlingspunkt i vardagen, den här sociala gemenskapen behöver på alla sätt och vis uppmärksammas och hyllas så att vi kommer ihåg hur betydelsefull den är för varje individ i alla åldrar och samhällsklasser.

Måltidens gemenskapsdag är en måltidsdag som infaller den 23 maj varje år, dagen är skapad för att hedra denna sociala gemenskap. Måltidens gemenskapsdag är skapad av kökschef Christian Tikkanen med intentionen att denna dag också skall bli en internationell måltidsdag.