

Maj Östberg Rundquist CV - Curriculum Vitae

070 854 05 18, maj@greppalivet.nu - www.greppalivet.nu
Langlandsgatan 46, 164 43 Kista



En mera utförlig CV finns på www.greppalivet.nu/cv.html

Önskeuppdrag

Längre eller kortare vikariat, projekt, utredningar, undersökningar inom: **livsmedelssvinn, matens klimatpåverkan, den medvetna och hållbara måltiden.**

Utbildning

2010-2013 Måltidsekolog, 180 hp, Örebro universitet
(C-uppsats på temat: Mat, hälsa & klimat).

Exempel på övriga utbildningar vid olika universitet och högskolor: Friskvård – personalutveckling i ett hälsoperspektiv 10 p, folkhälsovetenskap 30 hp, kost & prestation 7,5 hp, stress & stressrelaterade sjukdomar 7,5 hp, fysiologi 7,5 hp, hälsopedagogik, hälsokommunikation 15 hp, stadsjordbruk – permakultur & lokala matsystem 7,5 hp.

Exempel på icke akademiska utbildningar: Lic kostrådgivare, Fitness Education; diplomerad stresskonsult, HumaNova, diplomerad marknadsekonom, MIS.

Arbetslivserfarenhet

1987 - Konsult i eget företag, KvalitetsCentrum AB

- 2009 Delägare i Hälsokuggarna ek för, som 2011 övergick i Pro+Fit Health AB
- 2006 - Arbetar som kursledare, föreläsare, skribent med mat och matvanor och hur maten vi äter påverkar vår hälsa.
- 2000-2006 Inhyrd projektledare för motionsprojektet Ut&Gå! inom Norra Stockholms sjukvårdsområde, Stockholms Läns Landsting. Utvecklat varumärket GreppaLivet®, med kunskaper inom hälsoområdet: Mat – Motion – Stress.
- 1987-2000 Arbetat med kvalitetsförbättringsprogram i olika företag i svenskt näringsliv. Utvecklat ett kvalitetsindex, RQ-i, Rätt-Kvalitet-index®, ett faktabaserat hjälpmedel för uppdragsgivare att finna de förbättringsområden som deras kunder upplever som viktigast.

1974-87 VD-assistent, konsult

- Sveriges Exportråd, Aktiespararnas Service AB, Hifab Kvalitetssäkring AB

Kvalifikationer

- Min bok "Sockerdetektiven – hittar vägen till bättre mat" (ISBN 978-91-534-3030-0) utgiven av ICA Bokförlag i september 2008.
- Sockerdetektiven tipsar! App om socker publicerad på Android market i dec 2012.
- Utvecklat och genomfört flera egna kursprogram: "Skitta sockret i skolan" – tematermin om socker, "Bästa maten" – kursen för alla som längtar efter en sundare livsstil, "Bästa barnmaten" – vad barnen behöver äta för att växa normalt och bli friska vuxna.
- Upplevs som kunnig, pedagogisk och påläst föreläsare/kursledare.
- Personlig rådgivare till medarbetare inom olika företag som vill förändra sina matvanor.

Referenser

- Lämnas vid förfrågan.