

## Powerpointpresentation för kommunikation om klimatsmarta måltider i skolan. Målgrupp: Externa aktörer så som politiker, ledning och lärare

### Bild 2 Klimatsmarta måltider

#### Agenda

- Varför vi behöver jobba med klimatsmarta måltider och minskat matsvinn?
- Klimatpåverkan från livsmedelsproduktionen
- Vad innebär klimatsmarta måltider?
- Beteendemaningar
- Goda exempel (Hur man kan jobba med klimatsmarta måltider)

### Bild 3 Klimatsmarta måltider - Klimatnödläge

Det är utlyst klimatnödläge på EU-nivå. Att minska klimatpåverkan från all mänsklig aktivitet och vår konsumtion är av högsta vikt

### Bild 4 Varför vi behöver jobba med klimatsmarta måltider och minskat matsvinn?

Det finns många mål internationella som nationella, vilket är en respons på att det numer officiellt utlysta klimatnödläget

Vi har klimatmål på internationell nivå, nationell nivå och regional nivå.

Några relevanta exempel:

- Internationell nivå: EU har under UNFCCC antagit klimatmål till 2020 och 2030. EU:s samlade utsläpp ska minska med 20 procent till 2020 och med 40 procent till 2030 jämfört med 1990.
- Sveriges nationella mål är än mer ambitiösa!
- I Västra Götaland har de privata och offentliga sektorerna enats om ambitiösa klimatmål till 2030:
  - Klimatstrategin Klimat 2030 – Västra Götaland ställer om – pekar ut just klimatsmart och hälsosam mat som ett av fyra fokusområden.

### Bild 5 Varför vi behöver jobba med klimatsmarta måltider och minskat matsvinn?

Mat och livsmedel är en stor och viktig del av vår konsumtion och med en betydande klimatpåverkan

Det serveras 3 000 000 offentliga måltider varje dag.

Förändringar i recept får stor effekt.

Val av råvaror och undvikandet av matsvinn kan ge stora klimatvinster

Mycket makt, mycket ansvar: *Den mat som serveras i offentliga måltider har stor potential att påverka matval och livsstil i det övriga livet.*

Bild 6 Schematisk bild över hur man kan jobba med klimatsmarta måltider

Ett försök att tydligt beskriva de olika delarna som är viktiga att jobba med när det handlar om att minska klimatpåverkan i offentliga måltider. Vad som behöver göras och varför är tydligt. Hur förändringarna skall göras är mer öppet.

Bild 7 Klimatpåverkan från livsmedelsproduktionen

Bild 8 Klimatpåverkan från livsmedelsproduktionen, Klimatsmart vs. miljövänligt

Ibland går miljö och klimat hand i hand men inte alltid. Ett livsmedel kan ha hög klimatpåverkan men likväl ha en positiv miljöpåverkan. Eller det motsatta, att ett livsmedel kan ha låg klimatpåverkan men samtidigt negativ påverkan på andra miljöaspekter.

- Klimat ≠ miljö

-Klimatpåverkan = utsläpp av växthusgaser som bidrar till global uppvärmning

Miljöpåverkan innefattar klimatpåverkan men innefattar fler miljöaspekter

- Miljöpåverkan = biologisk mångfald, övergödning, försurning, gifter, osv.

*Ex: Naturbeteskött har hög klimatpåverkan då djuren idisslar och därmed släpper ut växthusgasen metan. Samtidigt har djur på bete potential att gynna biologisk mångfald genom att hålla landskapet öppet samt genom hur djuret rör sig, äter och gödslar.*

Bild 9 I den här presentationen fokuserar vi på KLIMATpåverkan!

Bild 10 Klimatpåverkan från livsmedelsproduktionen

Grundregeln är: Kött påverkar miljön mer än grönt

Antingen kan vi äta baljväxter och spannmål direkt och få i oss energin.

När vi äter animalieprodukter går i stället baljväxterna och spannmålen först via djuret där det uppstår massa energiförluster för att djuret skall leva och växa. Det blir alltså ett extra steg. Man kan se det som att det blir mycket mer energieffektivt om vi äter djurens foder direkt.

Bild 11 Klimatpåverkan från livsmedelsproduktionen, Växthusgaser

Det är stor skillnad mellan olika råvarors klimatavtryck. Den största delen av livsmedlets klimatavtryck uppstår oftast tidigt i tillverkningskedjan, i jordbruket (odling eller uppfödning av djur) eller i fisket. Därför spelar det stor roll vilka råvaror vi väljer att servera i våra kök och att vi är rädda om råvarorna så att de hamnar i magen!

Djuren behöver foder. Mycket av det fodret kunde vi ätit istället. Det uppstår en 90% energiförlust när fodret först skall gå genom djuret innan det når oss som kött.

I tillägg, djurproduktionen bidrar med mycket växthusgaser bl.a när kor och får idisslar, vid lagring av djurens gödsel och vid produktion av deras foder.

Det är komplext och det finns animalieproduktion som är resurseffektiv (tex. får eller kor som betar gräs på mark som inte är odlingsbar) och som har lägre klimatpåverkan (sill, ägg, kyckling). – vi återkommer till detta.

Maten står för en stor del av växthusgasutsläppen, och i Sverige kommer 75 % av matens utsläpp från kött- och mejeriprodukter. Störst klimatpåverkan har rött kött (nötkött, fläskkött och lammkött), vilket också är angeläget att äta mindre av ur ett hälsoperspektiv.

Klimatpåverkan från mejeriprodukter är ganska hög av samma orsak som för nöt- och lammkött. Klimatavtrycket blir dock lägre än kött eftersom klimatpåverkan sprids ut på många liter mjölk, grädde och ost.

*(TIPS: Ett enkelt sätt att minska intaget av mejeriprodukter kan tex. vara att använda vegetabiliskt fett i stället för smör eller att prova en växtbaserad matlagingsgrädde)*

#### Bild 12 Klimatpåverkan från livsmedelsproduktionen, Växthusgaser

Förpackningar och transporter får ofta stort utrymme i diskussionen men klimatpåverkan från dem är oftast mycket lägre än produktionen av själva råvaran (undantaget flygtransporter).

Förpackningen har i flera fall även funktionen att förlänga hållbarheten på livsmedlet, det är därför som det ofta är plast runt gurkan och paprikan till exempel. Ur klimatsynpunkt blir det en klimatvinsten att undvika svinn även om det resulterar i högre användning av tex. plast. (För att minimera plastens negativa påverkan på miljön är det såklart viktigt att förpackningen hamnar i soporna och inte i naturen.)

#### Bild 13 Vad är stort och vad är litet?

Det är intressant att se förhållandet mellan andel inköpt livsmedel i vikt och hur stor andel av det totala klimatavtrycket som den representerar.

Så här såg förhållandena ut 2017, inkluderar ca 50% av Sveriges totala offentliga inköp.

*(Underlag från DKAB gruppen och verktyget Hantera Livs samt RISE klimatdatabas 2017. Motsvarar offentliga livsmedelsinköp för ca 3 miljarder SEK (knappt hälften av Sveriges offentliga inköp))*

#### Bild 14 Vad innebär klimatsmarta måltider?

#### Bild 15 Vad innebär klimatsmarta måltider? Mer växtbaserat

- Bönor, ärtor, linser är exempel på mycket klimatsmarta proteiner att använda i en gryta eller i sina biffar.

- Spannmål (så som bröd och pasta) är bra proteinkällor och ger i kombination med baljväxter ett fullvärdigt intag av protein, sett över matintaget under en dag.

#### Bild 16 Vad innebär klimatsmarta måltider? Mer från salladsbordet

- Rotfrukter och kål (mättande, billig, klimatsmart): odlas effektivt, ofta nära där vi bor, och de är ganska tåliga och kan lagras och ätas under i stort sett hela året.

- I säsong: rädisor på sommaren, äpplen på hösten. Att äta i säsong ökar också möjligheten att äta närproducerat

#### Bild 17 Vad innebär klimatsmarta måltider? Klimatsmarta animalier

- Fiskprodukter – sej, torsk och odlad lax. Sillen är riktigt klimatsmart.

Våra vanligaste matfiskar som sej, torsk och odlad lax ligger på ungefär samma nivå som fågelkött. En av våra klimatsmartaste fiskar är sillen, den lever i stim nära vattenytan och kan fiskas på ett effektivt sätt

- Fågelprodukter - som ägg, kyckling och kalkon har något högre klimatpåverkan än växtbaserade proteinkällor men ses ändå som ett klimatsmart köttalternativ. Anledningen är att det går åt förhållandevis lite foder och andra resurser i förhållande till den mängd kött som produceras.

#### Bild 18 Klimatavtryck för typiska proteinkällor

Det som är intressant är att lyfta fram hur otroligt liten klimatpåverkan vegetabiliskt protein, i det här fallet bönor, har i jämförelse med gris, lamm och nöt. Mycket intressant är även ostens höga klimatpåverkan, något som många inte vet om.

#### Bild 19 Inte svart eller vitt

Kött- och mjölkproduktionen i Sverige har möjligheten att ge miljövärden så som

- biologisk mångfald (tex. fler nyttoinsekter)

- näringsrikt gödsel.

- Öka resurseffektiviteten: idisslare kan beta gräs på mark som inte är odlingsbar och omvandla det till mat

Vi behöver inte sluta äta kött och mjölk men minska mängden animaliskt protein och ersätta med växtbaserat ger stor klimateffekt. Det är endast personer som är undernärda som riskerar proteinbrist.

#### Bild 20 Räkneexempel klimatifierad meny/vardagsrätter

#### Bild 21 Vad innebär klimatsmarta måltider? Minskat matsvinn

Det har beräknats att ungefär **1/3** av alla livsmedel som produceras globalt aldrig når magen.

Det är i första hand ett enormt resursslöseri (av både ekonomiska- och naturresurser)

Det är också en klimatpåverkan som skett helt i onödan

Som offentlig måltidsaktör handlar det om att minska svinnet i köket (använda hela råvaran och förädla mat så den håller längre) och i matsalen (serveringssvinn och matgästens svinn)

I snitt kastas 10 kilo mat per elev och år i Sveriges kommuner

### Lära för livet:

75 % av Sveriges matavfall sker i hemmen. Kan den offentliga måltidsverksamheten bidra till systemomställning genom att skapa eftertanke och nya vanor?

Bild 22 Att göra något nytt, Klimatsmarta måltider

Bild 23 Beteendemaningar för klimatsmarta måltider, Hos måltidsgäst

För att lyckas ta klivet mot mer klimatsmarta måltider så finns ett antal utmaningar att hantera, Vi har valt att kalla dem för beteendemaningar. Dessa återfinns till stor del hos måltidsgästen men även i köken.

### Mer växtbaserat på tallriken

- Rätter och råvaror som måltidsgästen inte är bekant med.
- Ovana vid smaken av vegetarisk mat. Otränade smaklökar.
- Fördomar om att man inte blir mätt samt inte bygger muskler. Okunskap om vilken mängd protein man behöver få i sig. Vi i Sverige äter generellt för mycket. Oftast löper du brist för proteinbrist endast om du får i dig för lite mat eller äter mycket ensidigt (Källa: Livsmedelsverket, u.å. Protein – hur mycket är lagom? Om proteinbehov i olika grupper)
- Grupptricket påverkar oss också och kanske framförallt barn och unga. Om deras kompisar tycker de väljer äcklig eller konstig mat så kommer de antagligen välja det som de andra väljer. OBS! grupptricket kan också användas positivt om det istället blir norm eller coolt att äta växtbaserat och inte slänga mat.
- Vårdnadshavare kan ha stort inflytande på vilken mat måltidsgästen väljer att äta. Likaså kan lärare ha både positiv och negativt inflytande beroende på sina egna värderingar och ställningstagande.

### Minskat matsvinn

- Stressig, bullrig eller otrivsam måltidsmiljö kan göra att måltidsgästerna inte trivs och inte stannar för att äta upp. Kompisar som inte väntar kan också påverka negativt. Långa köer till serveringen kan göra att man hellre tar en stor portion än att gå två gånger.

Bild 24 Beteendemaningar för klimatsmarta måltider, Hos kökspersonalen

### Mer växtbaserat på tallriken

- Kockarnas egna preferenser
- Kunskap om växtbaserad matlagning

### Matsvinn

- Kommunikationsbrist och oförutsägbarhet, hur många gäster idag?
- Kunskap om att använda hela råvaran
- Laga nytt av gårdagens överblivna

- Förädlingsmetoder

Bild 25-29 Resultat av redan genomförda satsningar  
Några goda exempel från kommuner och landsting.

#### Bild 30 Sammanfattning

- Mat och livsmedel är en stor del av vår konsumtion och med en betydande klimatpåverkan
- Offentliga måltider har stor potential att påverka människors val och livsstil
- Mer växtbaserat
  - Mer växtbaserat protein
  - Mer från salladsbordet
  - Välj klimatsmarta animalier såsom fågel och fisk
- Mindre matsvinn i köket och i serveringen
- Arbeta med förändrat beteende