

Eko-Mat Centrum

Ekomatcentrums Nyhetsbrev

Nr 2: 2018

Landsbygdsministern på Ekomatsligan



I år blir det landsbygdsminister Sven-Erik Bucht som delar ut diplomerna på årets Ekomatsliga. Plats och datum är spikat till Bryggarsalen i Stockholm, vid Odenplan, den 21 maj.

Diplom kommer att delas ut till samtliga kommuner, landsting och regioner med minst 35 % andel ekologiska livsmedelsinköp.

All världens eko på Biofach.

Hela ekovärlden var på Biofach i februari 2018, i Nuernberg, Tyskland. Mässan växer för varje år. Nya utställare, produkter, förpackningar, idéer och massor av intressanta föreläsningar om ekologiskt. Utställare från hela världen samlas i under fyra dagar i sju gigantiska hallar. Bekväma skor, god aptit och gott om tid är ett måste.



Otroligt inspirerande och idéskapande miljö. Får du chansen att åka dit nästa år, den 13-16 februari, så tag den. Du kommer inte att ångra dig!

Läs om:

Ekomatsligan den 21 maj, sid 2

En bättre värld, trender som kan forma en ekologisk framtid, sid 3

Miljögifter lagras länge hos kvinnor, sid 8

Nytt kursprogram från Ekomatcentrum, sid 9

Föreningen

21 MAJ !!!

Ekomatsligan 2018

Varje år rankas alla kommuner, landsting och regioner i Ekomatsligan. För att fira alla som nått upp till en viss ekoprocent arrangerar vi en dag fylld med intressanta föreläsningar. Vi jobbar för fullt med programmet men temat för i år är "frukt och grönt" eller svenska ekologiska frukter, bär och grönsaker.

Redan nu är det klart vem som blir årets diplomutdelare; Landsbygdsministern Sven-Erik Bucht. Förutom ministern lovar vi ett antal andra spännande talare.

Vi ser fram emot att återigen få diplomera alla duktiga kommuner, landsting och regioner!



50 % av alla kommuner, landsting och regioner har nu svarat på enkäten om ekoinköp!

Vi har nu fått in svar från hälften av landets kommuner, regioner och landsting, men... självklart vill vi få in fler. Kontakta oss om du är en av dem som brukar fylla i eller som i år ansvarar för den uppgiften, och inte har fått utskicket.

Nytt för i år är att vi lagt till ett par frågor om era klimatutsläpp då maten har stor påverkan på klimatet. Eftersom det idag finns verktyg för att mäta utsläppen vill vi därför även mäta om och i så fall hur offentlig sektor arbetar med dessa frågor.

Februari, eller vabruari som det även kallas, är till ända och vi befinner oss mitt i sportlovsveckorna. Förhoppningsvis innebär det även möjlighet att njuta av snö och vacker natur.

I mitten av februari besökte vi BioFach, Europas största ekomässa. Tillsammans med ekologer från hela världen lyssnade vi på intressanta föreläsningar om framtidens trender och aktuell forskning. Det blev även mycket nätverkande, framförallt vid den svenska KRAV monter. Vi ser redan fram emot nästa års mässa.

Det var tydligt redan innan mässan, men Vegotrenden är här för att stanna. Både vego och vegan växer sig allt starkare och tittar vi på produktlanseringarna ökar antalet av dessa produkter enormt. Det senaste är formbar vegetarisk färs från Anamma.

Men VAFRÖR är utbudet av ekologiska vegoprodukter så skralt? Vi efterlyser därför fler vegetariska produkter som även är eko! Maila och tipsa oss om bra ekovego-produkter.

TREVLIGT sportlov! Eller för er som hade v 7-8, välkomna tillbaka!

Mimi & Eva

ENGARERA DIG I FÖRENINGEN

I maj är det årsmöte och nyval av flera styrelsemedlemmar. Vi ser gärna nya tillskott i styrelsen. Känner du någon som skulle passa perfekt? Eller är du själv intresserad av att vara delaktig i vår verksamhet?

Kontakta vår valberedning:

Lotta Brinck eller Kristina Sjöholm,
Lotta.brinck@sodertalje.se
kristina.sjoholm@vgregion.se

Aktuellt

En bättre matvärld

Trender som kan forma en ekologisk framtid

Det finns mega-trender, mat-trender och anti-trender. Tillsammans formar de vår ekologiska framtid, enligt Birthe Linddal. Globaliseringen är en megatrend. Grön växtmat är en mattrend och lokalt/regionalt är en antitrend. Det är utifrån anti-trenderna man kan läsa ut vad de nya idéerna blir. Hållbarhet är numera en av de största megatrenderna, men en gång var det också en anti-trend. Anti-trender fungerar som en kritik av megatrenderna. Ett bra exempel är antitrenden lokalt som växer fram som en protest mot globaliseringen

Trenderna som formar den ekologiska sektorn de närmsta tio åren

1. Vegetarisk, vegan, växtbaserad.

Den nya gröna kosten tar fart med argument som hälsa och ekologiska fördelar. Den utvecklas och övergår till mainstream.

2. Personlig näring

Mat och näring skräddarsys efter personlig smak och behov. Vi pratar inte bara om personliga dieter utan om att köra DNA-test för att skapa näringsmässiga "fixar". Smart mat anpassad till varje enskild individ.

3. Socialiserande livsmedel

Vårt stressade samhälle med ständig tidsbrist bidrar till mycket ensamhet. Genom att socialisera över maten skapas gemenskap och tillfällen till möten. Socialt ätande är ett nytt matfenomen och det finns ett växande antal sätt för människor att träffas och bilda matgemenskaper, från mathändelser och mässor till popup-restauranger och kaféer.

Ett annat fenomen är socialiserande stormarknader. Såsom Whole Foods Market och Italian Marketplace, där restauranger är integrerade i livsmedelsbutikerna.

4. Retro innovation

Vissa klassiska märken och produkter får en makeover för att anpassas till den nya generationens smak och preferenser. Det kan vara en hälsosam omformulering eller ett tilltalande nytt yttre. Traditionella varumärken som inte "uppggraderar" sina produkter riskerar att avvisas av yngre kunder, som aktivt söker "coola mikrovarumärken".

5. Nollavfall

Alla länder i Europa arbetar på att minska matsvinnet. Birthe Linddal menar att utvecklingen mot nollavfall leder till en guldålder av hållbar förpackningsinnovation.

6. Störande logistik

Att "äga" rutten till kunden kan visa sig vara den främsta egenskapen hos den framgångsrika matleverantören eller varumärket i framtiden, säger Linddal. Teknikbaserade jättar som Amazon är redan experter på att konkurrera ut nästan alla andra ur ekvationen. Det poppar upp nya högteknologiska sätt att leverera produkter till konsumenterna. Organiska varumärken och återförsäljare skapar sin egen "störande logistik" genom specialiserade leveranstjänster och måltidsalternativ.

Birthe Linddal, futurist, föreläste på Biofach om trender i ekovärlden, föreläsningen är sammanfattad av Eva Fröman, Ekomatcentrum



Nyheter

Kommunens kockar lär skolbarn laga nyttig mat



Fjorton barn var fullt upptagna med matlagning på kursen Stjärnkock för en dag på Norreportskolans hemkunskapslokal.

– Jag vill lära mig mer om mat. Jag kan redan laga köttfärssås, men den blir inte lika god som mammas, sa Noah Pettersson, 12 år, från Backaskolan, som höll på att göra tunnbrödsrullar med fyllning.

Kockarna Mats Nilsson och Magdalena Ljunggren ilade fram och tillbaka bland barnen för att hinna assisteras dem.

Kursen Stjärnkock för en dag är en av succéerna på kommunens digra program för sportlovet den här veckan. De tre dagarna blev snabbt fullbokade med 42 barn i årskurserna 4-7.

– Om ungdomarna får bestämma så är taco, texmex och thaimat som gäller, det har vi haft tidigare, men nu tänker vi slå ett slag för nyttig frukost och mellanmål, exempelvis grova scones, chiapudding gjord på kokosmjölk, hemmagjord müsli och solrosbullar, förklarade han. Både Mats Nilsson och Magdalena Ljunggren jobbar som kockar på kommunala skolor, han på Köpingsbro skolrestaurang och hon på Edvinshems skolrestaurang.

Han berättade att trenden inom skolköket är att laga hållbart, klimatsmart och reducera matsvinnet och i första hand använda närproducerade varor.

– Det är jätteroligt att laga mat för barn, för vi har fantastiskt fina råvaror att arbeta med i kommunen.

Källa: Skånska Dagbladet, 22 februari 2018

Irmas nya ekologiska livsmedelsbutik slår rekord

Motsvarigheten till svenska Coop heter i Danmark "Irma". I januari öppnade en ny variant av butiken sina dörrar i Köpenhamn., nämligen "Irma Øko", eller Irma Eko, som det blir på svenska.

-Irma Eko är en experimentbutik där vi kan testa hur långt konsumenten vill att vi ska ta butiken. Butiken har ersatt alla oekologiska produkteter med ekologiska och när det inte finns ekologiska alternativ ersätts de med något som kallas Nordic Ecolabel. Irma Øko är en inspiration för hela vår kedja, säger Søren Steffensen, VD på Irma.

Källa: Nordic Organic News, 2018



Många vill idag leva mer klimatsmart, men hur ska man gå till väga? I Sundsvalls tidning hittade vi dessa 5 tips på vad en aktiv konsument kan bidra med:

- Gör aktiva val. Ingen makt är större än den hos konsumenterna som premierar de som går före och väljer bort dem som fuskar och underpresterar.
- Samåk. En genomsnittlig bil står oanvänd 96 procent av tiden, vilket är ett enormt slöseri med resurser och kapital. Att bättre dela resurser, till exempel genom att samåka eller gå med i en bilpool har stor påverkan.
- Koppla upp dig, koppla av. Den som kan arbeta distans en dag i veckan minskar arbetsresorna och dess klimatpåverkan med 20 procent, den som är med på ett webinarium i stället för att åka på konferens, gör en väldig klimatsats. Samtidigt ökar förutsättningarna för att komma i tid till dagis eller ta hand om mer av hemmets vardagssysslor.
- Bli cirkulär, men med förnuft. Alltför mycket av vad vi gör är linjärt. Varor produceras, konsumeras och destrueras. Genom att övergå till en cirkulär ekonomi där återanvändning och återvinning är självklart, minskas resursslöseriet och klimatpåverkan. För att det ska ske behöver vi redan vid inköpstillfället försäkra oss om att varan är anpassad för detta. Men allt ska inte återvinnas. Många tungmetaller och kemikalier ska ut ur kretsloppet en gång för alla och även här har den aktiva konsumenten en viktig roll att spela.
- Utmana politiken. Klimatförändringarna är det som allra flest oroar sig över, visar SOM-institutets undersökning. Därför bör vi gemensamt sätta press på alla partier att inför valet den 9 september att berätta hur deras politik ser ut för att nå de klimatmål riksdagen har tagit fram i så bred enighet. Målen i sig är inte så mycket värda. Nu behöver vi handlingsplanen.

Källa: Mattias Goldmann, Sundsvalls tidning, 27 februari 2018



Olika saker i vår lista minskar olika mycket på ditt kolfotspår. Här kommer en grov indelning av vad som har en liten påverkan, mellan påverkan och stor påverkan.

- Att stänga av elektronik i standby, sortera soporna, undvika matsvinn och undvika att använda ugnen **påverkar lite**.
- Att ta få och korta duschar, kolla över temperaturen hemma, minska på köttet, köpa enligt säsong, cykla ofta, åka kollektivt och samåka **påverkar mellanmycket**.
- Att köpa grön el, värma huset miljövänligt, reparera istället för att köpa nytt, äta vegetariskt/veganskt, alltid cykla och aldrig flyga **påverkar mycket**.

Källa: Svenska Yle, 21 februari 2018

Polarbröd prisad med MiljÖrnen



Under Örnköldsviks kommunfullmäktige utsågs idag pristagarna av MiljÖrnen. Polarbröd mottog priset i kategorin företag och Örnköldsviks biodlarförening fick priset som går till enskilda personer, organisationer eller föreningar. Syftet med MiljÖrnen är att uppmuntra till lokal utveckling och engagemang inom miljöområdet.

- Jätteroligt att vi blir uppmärksammade för våra satsningar och det fina jobb som alla medarbetare i Polarbröd bidrar till. Vi ligger i framkant och driver utvecklingen med egen vindkraft, satsningen på fossilfria påsar och att vi 2018 ökar andelen av våra utgående transporter på järnväg till 80% säger Anders E Johansson, vd i Polarbröd AB

Prispengarna, 3000 kr, har Polarbröd valt att skänka till WWF:s pollingeringsprojekt Blommor för bin.

Juryns motivering:

Polarbröd har tidigare både uppmärksammats och prisats för sitt ihärdiga arbete för att så småningom nå full hållbarhet i företagets bageriprocesser. Det jobbet, som kännetecknas av ett helhetstänk i allt från förnybar energi till råvaror och nya hållbara förpackningslösningar, förtjänar utan tvekan ytterligare utmärkelser och superlativer.

Källa: Polarbröd, 26 februari 2018

NYHET!

KRAV- & Nyckelhålmärkt Grahamsbulle



Tävla om Ekobrödspriset 2017!

Ju mer ekologiskt bröd din kommun använder, desto större chans att vinna.

Läs mer om tävlingen på www.ekomatcentrum.se och på www.polarbrod.se/ekobrodspiset

Ett ovanligt gott samarbete mellan Polarbröd och EkoMatCentrum.







Tel: 08-672 07 50

Ekobrödspriset delas ut på Ekomatsligan 2018

Den 21 maj delar Polarbröd ut Ekobrödspriset på Ekomatsligan. Den kommun, landsting eller region som ökat sina ekologiska brödinköp mest under 2017 vinner ett diplom samt ett studiebesök på Polarbröds ekologiska bageri i Bredbyn. Förra året vann Uppsala kommun och de gör sitt studiebesök på Polarbröd nu i april.

Nyheter

Prisad mat inom Örebro omsorg

Vård och omsorg inom Örebro kommun har fått ett pris för arbetet med miljö och hållbarhet vad gäller maten.

– Våldigt välförtjänta mottagare av priset.

Det säger kommunalrådet Lennart Bondesson (KD), i en kommentar till prisutdelningen. Han är ordförande i juryn som har utsett vinnarna.

Vad det handlar om är att de runt 2000 medarbetarna inom kommunens vård och omsorg jobbar efter kommunens uppsatta mål som är:

- * Allt större del av maten ska vara ekologisk.
- * Matsvinnet ska minska.
- Inköpen av närodlade livsmedel ska öka.

Lennart Bondesson:

– Vård och omsorg är goda exempel på hur man kan jobba med miljö och hållbarhet.

– De är också ett föredöme för andra kommuner, i hela landet.

– Att ha vunnit priset, visar på innovativt arbete och något som kan sporra andra. Förutom att de är goda förebilder så visar de att förändring är möjlig, genom ihärdigt arbete.

I dagsläget så är 56,3 procent av maten som serveras inom vård och omsorg ekologisk.

Matsvinnet i nuläget är 19 procent.

Det serveras 4000 portioner per dygn.

Inom skolorna har man kommit ytterligare ett steg längre, eftersom man hållit på fler år med den här satsningen. 65 procent av maten är ekologisk om man slår ihop skola och vård/omsorg.

Det politiska målet här till år 2020, är att 80 procent av den mat kommunen serverar ska rymmas inom miljö- och hållbarhetsramen. Ekologisk mat, om man så vill.

Men när det gäller närproducerad mat är det inte fullt så enkelt att gå fram. Lennart Bondesson igen:

– Det finns givetvis med i hållbarhetsplanen, som även sammanfaller med att vi vill minska antalet



Redo för prismottagning. Från vänster: Kamila Rzemiszewska, Daniel Askerlund, Jörgen Beyron, Eva Jöbo och Margareta Dalén. Alla arbetar inom vård och omsorg i Örebro kök.

– Men radien måste i nuläget vara 15-20 mil när vi talar närproducerat. Alla de livsmedlen vi vill ha produceras inte fullt ut inom den absoluta närheten. När det gäller matsvinnet så är målet att det ska ner till tio procent år 2020. År 2030 ska det ner till åtta procent.

– Men, säger verksamhetschef Eva Jöbo, några verksamheter (typ vårdboenden) har redan nått åtta procent.

Örebro kommun är tredje bäst i landet när det gäller ekologisk hållbar mat. Och då handlar det som sagt om 4000 portioner per dag. Inga småsmulor.

– Vi vill både utveckla oss mer och fortsätta vara föredöme för andra kommuner. Jätteinspirerande att leda det här arbetet.

Vad säger då pristagarna själva? Kamila Rzemiszewska var den ur det stora personalkollektivet som fick ta emot den symboliska jättechecken på 10000 kronor, att användas till något trevligt för personalen. – Vi är jättestolta för det här. Vi ska fortsätta på den inslagna vägen. Örebro ska vara ledande.

Källa: Länsposten, 16 februari 2018

Forskning

Miljögifter lagras längre hos kvinnor

Fet fisk som ligger högt upp i näringskedjan, som lax och tonfisk, tenderar att lagra mycket miljögifter, men hur är det då med människor? Från Örebro Universitet kommer en rykande färsk avhandling som tittar närmare på hur miljögifter lagras i vårt kroppsfett.

Bostadsort och mängden kroppsfett är några av de faktorer som påverkar hur mycket miljögifter du har i kroppen. Det visar en ny avhandling från Örebro universitet.

Med sin avhandling ville doktoranden Jordan Stubleski kartlägga hur mängden miljöföroreningar i människokroppen förändras över tid. Genom att undersöka 2000 blodprover som samlats in från ett tusental äldre personer i Uppsala mellan 2001 och 2014 kunde Stubleski analysera förekomsten av tre typer av långlivade organiska föreningar – klorerade, fluorerade och bromerade. Resultatet visar på en koppling mellan försökspersonernas hemort, kön, vikt, blodfetter och hur mycket miljögifter de har i kroppen.

De försökspersoner som hade höga halter fluorerade ämnen i blodet bodde i områden där höga nivåer av ämnet påträffades i dricksvattnet. I det här fallet låg bostadsområdena nära ett militärt flygfält där fluorerade brandskum kan ha



använts. Kön var en annan faktor som påverkade resultatet. Det gick snabbare för mäns kroppar att göra sig av med miljögifterna, något som förmodligen beror på fysiologiska skillnader menar Jordan Stubleski.

Andelen kroppsfett påverkade också hur mycket miljögifter försökspersonerna hade i kroppen. Hos de personer som gick ner i vikt under mätperioden minskade gifter i kroppen i mindre omfattning. Det betyder emellertid inte att man kan banta bort miljögifterna, eftersom en minskning av kroppsfettet innebär att gifterna frigörs till blodet.

Förekomsten av de olika ämnena i försökspersonernas blod varierade över tid, något som bland annat beror på att vissa kemikalier reglerats och därmed minskat i miljön. Men tyvärr är det inte alltid så att de ämnen som ersätter dem är bättre ur miljö- och hälsosynpunkt säger Jordan Stubleski i en presskommentar.

Källa: Aktuell Hållbarhet, 22 februari 2018

Att frukt och grönt har säsonger då de är som allra bäst vet väl de flesta men visste du att även fisk och skaldjur har säsonger då de är som godast och bäst att äta? EkoMatCentrum har med hjälp från bl.a. Svensk Fisk tagit fram en säsongsguide för just Fisk och Skaldjur. Den dekorativa guiden kan sättas på kylskåpsdörren. Priser finns på hemsidan där kan ni också göra era beställningar.

<http://ekomatcentrum.se/kursmaterial-2/>

NYTT KURSPROGRAM

Matglädje med grön växtmat



EkoMatCentrums kursprogram 2018
för restaurang och storkök

<http://ekomatcentrum.se/wp-content/uploads/2016/10/Ekomatcentrums-kurser-2018-2.pdf>

**BOKA HÖSTENS KURSER
INNAN 31 MAJ OCH FÅ
5 % RABATT!**

UR KURSINNEHÅLLET

VI HJÄLPER ER ATT NÅ ERA MÅL

Klimatsmart och grön växtmat ger hållbara avtryck i stad och land

KLIMATSMART MATGLÄDJE I OFFENTLIGA RESTAURANGER OCH STORHUSHÅLL

1. Vad är klimatsmart mat? 3,5 tim.
2. Grön mat ger ekonomi i köket, 3,5 tim.
3. Grön mat som gillas av alla, 3,5 tim
4. Ekomatsedeln med näringsberäkning, 3,5 tim
5. Grundläggande näringslära, 3,5 tim
6. Ursprung spelar roll – välj svekologiskt, 3,5 tim
7. Livsmedelssvinn, 3,5 tim
8. Uppföljningsträff, 3,5 tim

GRÖN MATGLÄDJE I SKOLA OCH FÖRSKOLA.

1. Grön matglädje för vuxna, 1,5 tim
2. Workshop på temat grön växtmat, 2 tim
3. Matlagning med grön växtmat, 3,5 tim
4. Grön matglädje för barn, 1-2 tim

TEACH THE TEACHER - KURS FÖR BLIVANDE KLIMATPEDAGOGER

1. Klimatsmarta matvanor, 3,5 tim
2. Workshop 1: Verktyg och pedagogik för klimatpedagoger, 3,5 tim
3. Workshop 2: Presentationer och upplägg, 3,5 tim

FINGERFOOD - DEN SMARTA LUNCHMATEN I FÖRSKOLAN OCH SKOLAN

1. Klimatsmart matval, 3 tim
2. Grön ekovego ger matglädje med barnens favoriter, 3 tim

VEGETARISK MATLAGNING MED PROFESIONELLA EKOVEGO-KOCKAR

1. Grön mat som gillas av alla, 4 tim

HÅLLBAR MAT I HEMKUNSKAPEN

1. Klimatsmart och hållbar mat i hemkunskapsundervisningen, 3,5 tim
2. Klimatsmart matlagning inspiration för lärare, 3,5 tim

KURSER OCH FÖRELÄSNINGAR EFTER EGNA ÖNSKEMÅL

Våra kursledare är
Mimi Dekker
Eva Fröman
Lotta Brinck
Ulrika Brydning

