

## Sammanfattning av utställningen

### Vår härliga matresa

– En del i projektet Minska matsvinnet i Knivsta kommun

#### Projektet Minska matsvinnet

Produktion och konsumtion av livsmedel står för en stor miljöpåverkan, både lokalt och globalt i världen dag. Projektet "Minska matsvinnet" är ett första temaprojekt som genomförs i Knivsta för att minska den negativa miljöpåverkan från kommunens måltidsverksamhet. Det främsta syftet med projektet är att minska andelen matsvinn från skolrestaurangerna i Knivsta kommun. Med matsvinn menar vi matavfall som skulle kunna undvikas, dvs. att mat som skulle kunna ätas slängs, det gäller alltså inte kasserade råvaror, skal- och benrester eller liknande. Flera studier har visat att möjligheterna till ett minskat svinn av livsmedel i skolkök och skolrestaurang ofta är relativt goda. I Knivsta kommun kan ett antal åtgärder för att minska svinnet vara aktuella: information till elever, skolpersonal och restaurangpersonal om matsvinnets miljöpåverkan; åtgärder som underlättar planeringen av åtgången av mat; samt åtgärder som förebygger stress i skolrestaurangerna.

Projektets huvuddel genomförs under en temavecka i kommunens grundskolor under hösten 2010. Under temaveckan kommer utställningen "Vår härliga matresa" att finnas uppsatt på portabla skärmar i skolrestaurangen på den medverkande skolan. Grundtanken bakom utställningen är att visa på kopplingen mellan mat och miljö, och samtidigt skapa en förståelse för matens ursprung. Utställningen baseras på de positivt laddade värdeorden ursprung, respekt och omtanke.

Samtliga illustrationer i utställningen är gjorda av Sylvia Brunke och får endast användas enligt avtal inom ramen för detta projekt i utbildningssyfte för skolor och förskolor inom Knivsta kommun. Illustrationerna visar en idealiserad bild av matproduktionen och är tänkta som fabler. För frågor om användning av illustrationerna kontakta kostchef Ingela Nannström.

**Läs mer om projektet och mer fakta om utställningen i "Handledning Minska matsvinnet".**

**Vi önskar att alla medverkande lärare påminner om temaveckan på lektionen före lunchrasten.** Med hjälp av handledningen kan man ta en kort stund tillsammans med eleverna för att diskutera matsvinnet och de olika frågeställningarna som föreslås i nästa kapitel. **All skolpersonal som befinner sig i restaurangen under temaveckan bör även aktivt uppmuntra eleverna till att ta lagom portioner samt att sitta i lugn och ro och äta upp.**

## Fisk



**”Det är bra för miljön att välja miljömärkt fisk som kommer från friska och fiskrika vatten.”** – Det är viktigt att vi som konsumenter aktivt väljer fisk som kommer från hållbara fiskbestånd, om vi vill fortsätta kunna äta fisk i framtiden. Miljömärkt fisk kommer från bestånd som är långsiktigt hållbara och inte hotade av överfiskning. Fisken fångas också med fiskemetoder som är så skonsamma som möjligt ur miljösynpunkt.

**Frågor att diskutera med eleverna:** Vad finns det för olika sorters fiskar? Är det någon som fiskar själv? Vad kan man göra för maträtter med fisk? Varför är det nyttigt med fisk? Varför är det bra att välja miljömärkt fisk?

## Kor



**”Bete är bra för djurens hälsa och skapar vackra öppna landskap.”** – Det är viktigt att djur får var utomhus och beta i naturen. Djuren mår bra av det eftersom det är en del i deras naturliga beteende, men deras hälsa förbättras också eftersom de slipper drabbas av många av de sjukdomar som är vanliga hos djur som bara får stå inomhus. Djurbete är också positivt för naturen, det skapar öppna landskap och bidrar till en ökad biologisk mångfald.

**Frågor att diskutera med eleverna:** Vad kan man göra för produkter av mjölk? Varför är det nyttigt med mjölk? Har ni träffat en ko någon gång? Varför är det viktigt att korna får gå ute och beta på sommarhalvåret?

## Grisar



**”Djur mår bra av att leva tillsammans i en miljö som för dem är så naturlig som möjligt!”** – Tänk på att välja kött från djur som har fått ha ett bra och stressfritt liv innan de slaktas, t.ex. att de får leva tillsammans om det är naturligt för dem, och att de får utöva sina naturliga beteenden.

**Frågor att diskutera med eleverna:** Har ni träffat en gris någon gång? Vad tror ni att grisar gillar att göra? Vad är grisars ”naturliga miljö”?

## Höns



**”För att trivas måste alla höns ha tillgång till ett rede, sittpinnar och möjlighet att sandbada.”** – Enligt svensk djurskyddslag måste alla värphöns ha tillgång till rede, sittpinnar och sandbadsmöjligheter. Men många höns sitter tyvärr fortfarande hela sina liv i trånga burar. Tänk därför på att välja ägg från höns som får ha ett bra liv och som slipper leva instängda i burar.

**Frågor att diskutera med eleverna:** Varför är det nyttigt med ägg? I vilka maträtter har man ägg? Varför tror ni att hönsen gillar att sandbada?

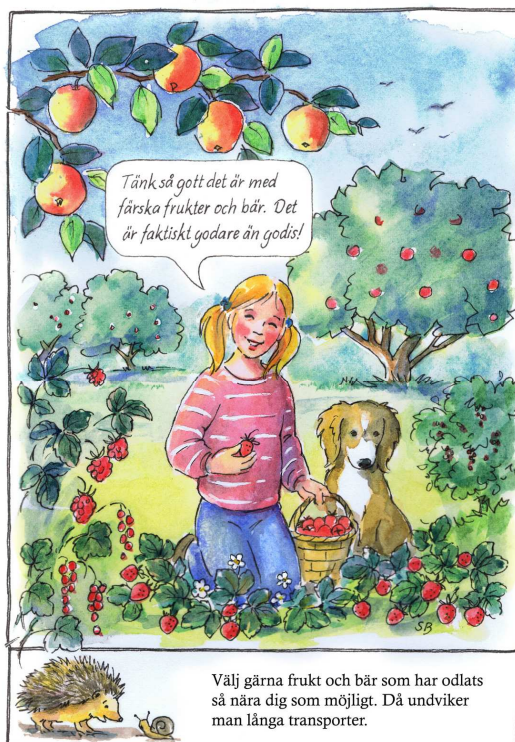
## Får



**”Djur mår bra om de får leva i en lugn miljö utan stress. De vill också ha skydd för regn och dåligt väder.”** – Tänk på att välja kött från djur som har fått ha ett bra och stressfritt liv innan de slaktas, t.ex. att de har fått leva tillsammans om det är naturligt för dem och att de har fått utöva sina naturliga beteenden. Får är flockdjur som mår dåligt om de inte får vara tillsammans, och de vill helst vara utomhus och beta så länge de har tillgång till ett skydd för dåligt väder. Välj bara färskt lamm när det är i säsong, dvs. på hösten.

**Frågor att diskutera med eleverna:** Vad innebär det att får är ”flockdjur”? Vad kan vi göra för att fåren ska må bra?

## Frukt och bär



**”Välj gärna frukt och bär som har odlats så nära dig som möjligt. Då undviker man långa transporter.”** – Frukt och bär är både nyttigt och gott, och något som vi alla skulle behöva äta mer av. Men det är inte så miljösmart att köpa frukt som transporteras hit till Sverige från andra länder långt bort. Tänk istället på att främst välja frukt och bär som odlats så nära dig som möjligt, så undviker man de långa och onödiga transporterna.

**Frågor att diskutera med eleverna:** Vilken är din favoritfrukt? Vad betyder det att en frukt är ”i säsong”? Vilka frukter eller bär har ni plockat själva? Varför är det bra att välja frukt och bär som är närodlade?

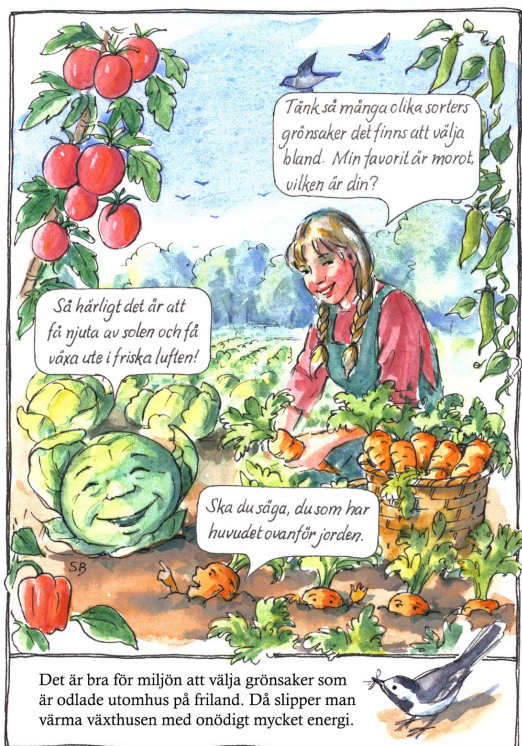
## Säd



**”Ett klokt miljöval är att välja vete som kommer från jordar som mår bra.”** – De miljöval vi gör när vi väljer säd och sädesprodukter spelar stor roll eftersom sådan mat utgör en så stor andel av vår kost. Tänk därför på att välja mjöl, pasta, bröd, mm, från odlingar med friska jordar från ett långsiktigt hållbart jordbruk. Att jorden mår bra kan innebära flera olika saker, t.ex. att bonden bara använder precis så mycket gödsel och växtskyddsmedel som grödan behöver. Då förhindrar man att överflödiga mängder sprids utanför åkern.

**Frågor att diskutera med eleverna:** Hur blir det knäckebröd av vetestråna? Vilka olika sorters säd finns det? Vad kan man göra av vetet, mer än knäckebröd? Vad betyder det att ”jorden mår bra”?

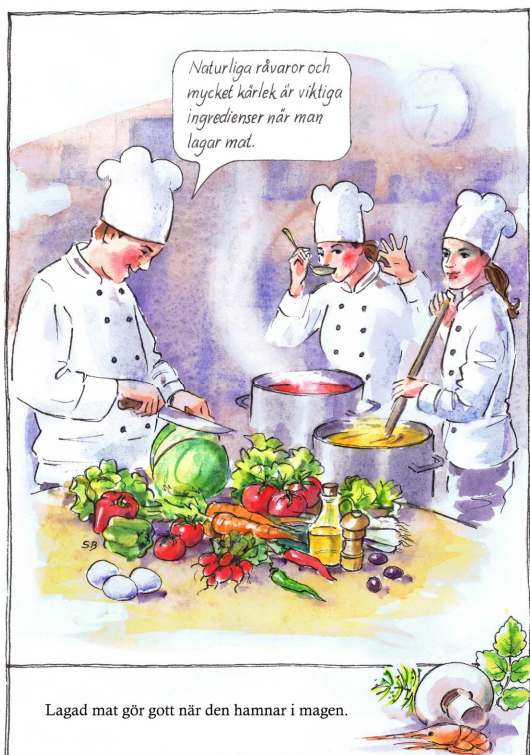
## Grönsaker



**”Det är bra för miljön att välja grönsaker som är odlade utomhus på friland. Då slipper man värma växthusen med onödigt mycket energi.”** – Olika sorters grönsaker trivs bäst olika tider på året. De som får mogna på egen hand på friland kräver mindre energi, smakar mer, innehåller mer näring och är ofta billigare. Välj därför gärna grönsaker som har odlats på friland, eftersom det är mycket mer miljösmart än grönsaker som har odlats i växthus som det går åt onödigt mycket energi att värma upp.

**Frågor att diskutera med eleverna:** Vilken är din favoritgrönsak? Vilka grönsaker växer ovan jord och vilka växer under jord? Vad betyder det att odla ”på friland”?

## Skolköket



**”Lagad mat gör gott när den hamnar i magen.”** – Maten i skolköket är tillagad av utvalda råvaror med omsorg för att eleverna ska orka med skoldagen, växa och må bra. Därför är det viktigt att skollunchen hamnar i magen där den gör nytta.

**Frågor att diskutera med eleverna:** Vad finns det för skillnader mellan skolköket och köket hemma? Varför är det viktigt att äta ordentligt på lunchen?

## Skolrestaurangen



**”Jag smakar alltid lite av allt och sen hämtar jag mer om jag inte blir mätt.”** – Alla elever bör uppmuntras att ta lagom portioner och att sitta och äta upp maten i lugn och ro i sin egen takt, gärna i sällskap med någon vuxen. Flera studier visar att en stor anledning till att elever slänger mat i skolrestaurangen är att de känner sig stressade och inte tar sig tid att äta upp maten de själva har lagt upp på tallriken.

**Frågor att diskutera med eleverna:** Varför äter man inte alltid upp maten som man har lagt upp åt sig själv i skolrestaurangen? Varför är det viktigt att äta lite av allt som serveras?