



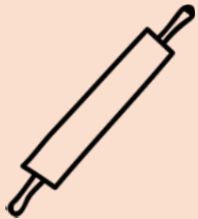
  
**RESTER  
KÖCKEN**



# Rädda det som räddas kan!



# Matsvinn eller matvinn

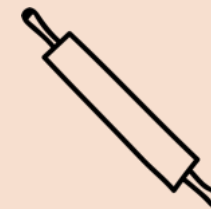


# Matsvinn = onödigt matavfall



## Exempel

- Rester från middagen
- Ledsna grönsaker & frukter
- Överbliven mat på tallriken





# Oundvikligt matavfall

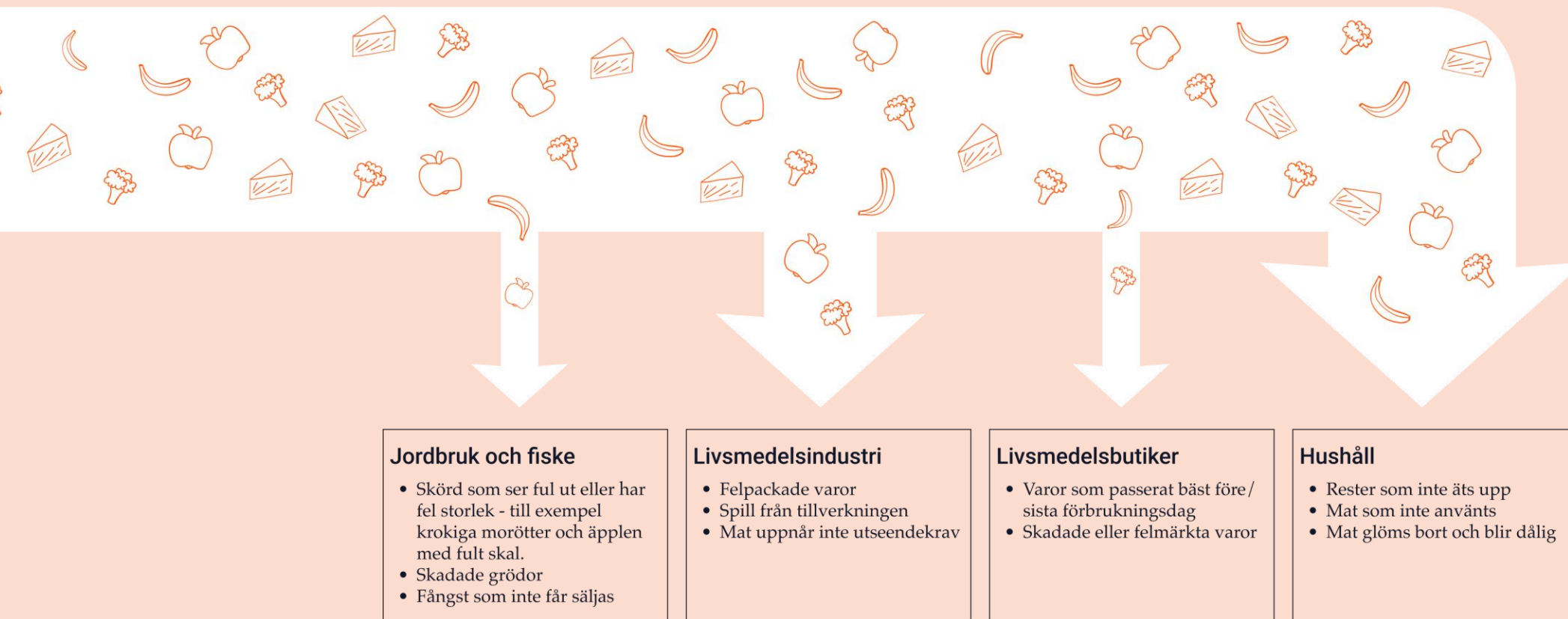


## Exempel

- Äggskal
- Kaffesump
- Fiskrens
- Kycklingben



# Vad kan vi göra för att minska svinnet?



## Jordbruk och fiske

- Skörd som ser ful ut eller har fel storlek - till exempel krokiga morötter och äpplen med fult skal.
- Skadade grödor
- Fångst som inte får säljas

## Livsmedelsindustri

- Felpackade varor
- Spill från tillverkningen
- Mat uppnår inte utseendekrav

## Livsmedelsbutiker

- Varor som passerat bäst före / sista förbrukningsdag
- Skadade eller felmärkta varor

## Hushåll

- Rester som inte äts upp
- Mat som inte använts
- Mat glöms bort och blir dålig

# Bäst före- eller bra efter-datum?



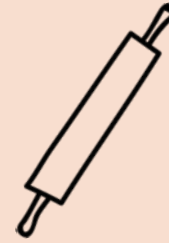


# Sista förbrukningsdag, vad betyder det?





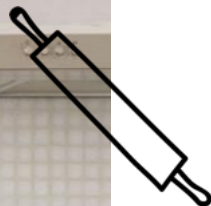
# Förvara maten rätt så håller den längre



# Från jord till bord – matens kretslopp







# QUIZ!





# Fråga 1

**Vad är en doggybag?**

- 1. En påse för hundbajs
- X. En påse/kartong att ta med rester från din måltid på restaurang
- 2. En transportbur för hundar





## Fråga 2

Vad är matsvinn?

- 1. Onödigt matavfall
- X. Mat som stjäls i butiker
- 2. Grisar som föds upp på matavfall



## Fråga 3

**Om det står "bäst före 07 11 2025" på en mjölkförpackning betyder det att mjölken...**

- 1. Håller ytterligare en tid förvarad på rätt sätt i oöppnad förpackning
- X. Måste drickas före den 7 november 2025
- 2. Måste drickas före den 11 juli 2025





## Fråga 4

Vad är biogas?

1. Ett bränsle som framställs av biologiskt avfall, t ex mat
- X. En gas som används för att driva filmprojektorn på bion
2. En gas som bildas av popcornmaskinerna på bion



## Fråga 5

**Miljö- och klimatismässigt är det bäst att:**

- 1. Äta så mycket kött som möjligt
- X. Äta närodlat mat i säsong
- 2. Äta importerad mat





## **Fråga 6**

**Hur stor del av människans klimatpåverkan kommer från maten vi äter?**

- 1. Ca 5 %
- X. Ca 25 %
- 2. Ca 50 %



## **Fråga 7**

**Hur kan du minska matsvinn hemma?**

1. Genom att köpa storpack av färskvaror
- X. Genom att bara köpa färskvaror med kort hållbarhet
2. Genom att planera sina matinköp och äta upp den mat en handlat





## **Fråga 8**

**Vad är bäst att göra med en skrumpen och mjuk morot?**

- 1. Kasta den
- X. Lägga den i varmt vatten
- 2. Lägga den i kallt vatten



## Fråga 9

Hur mycket av den mat som produceras  
i världen används/äts inte?

- 1. Ungefär en tredjedel
- X. Ungefär en fjärdedel
- 2. Ungefär en femtedel



# Rätta svar!



## Fråga 1

Vad är en doggybag?

X. En påse/kartong att ta med rester från din måltid på restaurang i



## Fråga 2

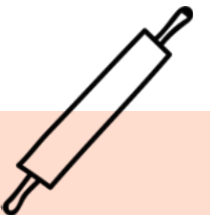
Vad är matsvinn?

1. Onödigt matavfall

## Fråga 3

Om det står "bäst före 07 11 2025" på en mjölkförpackning betyder det att mjölken

1. håller ytterligare en tid förvarad på rätt sätt i oöppnad förpackning



# Rätta svar!

## Fråga 4

Vad är biogas?

1. Ett bränsle som framställs av biologiskt avfall, t ex mat



## Fråga 5

Miljö- och klimatomässigt är det bäst att:

X. Äta närodlat mat i säsong



## Fråga 6

Hur stor del av människans klimatpåverkan kommer från maten vi äter?

X. Ca 25%



# Rätta svar!

## Fråga 7

Hur kan du minska matsvinn hemma?

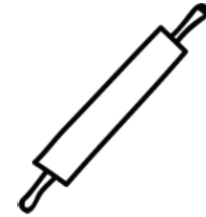
2. Genom att planera sina matinköp och äta upp den mat en handlat



## Fråga 8

Vad är bäst att göra med en skrumpen och mjuk morot?

2. Lägga den i kallt vatten



## Fråga 9

Hur mycket av den mat som produceras i världen används/äts inte?

1. Ungefär en tredjedel

