



# Mat & klimat

Studieförbundet Vuxenskolan

# Innehåll

---

<b>Att jobba i cirkel.....</b>	<b>3</b>
Att träffas i cirkel	
Cirkelstart	
Innan du börjar	
Recept	
<b>Inledning.....</b>	<b>4</b>
<b>Uppgift inför träff 1.....</b>	<b>5</b>
<b>Träff 1 – Hänger mat och klimat ihop? .....</b>	<b>6</b>
<b>Träff 2 – Vad är hållbar kost?.....</b>	<b>9</b>
<b>Träff 3 – Hur minskar vi matsvinnet .....</b>	<b>14</b>
<b>Träff 4 – Odlat nära och odla själv.....</b>	<b>17</b>
<b>Tips på webben om mat &amp; klimat .....</b>	<b>20</b>

# Att jobba i cirkel

---

Studiecirkeln är ett projekt – med en början och ett slut. Det är en arbetsform som bygger på deltagarnas egna kunskaper och erfarenheter samt att det finns tid till reflektion och eftertanke mellan de olika utbildningstillfällena.

Till cirkeln kommer man frivilligt och som deltagare har man möjlighet att påverka innehåll och metod. Deltagarnas nyfikenhet och frågor är grundstenar vid sidan om kursmaterial och cirkelledare.

Notera att du som går i cirkel är deltagare – inte elev. Och att cirkelledaren är coach.

## Att träffas i cirkel

En studiecirkel innebär

- Minst tre personer
- Minst tre sammankomster
- Minst nio studietimmar
- Mellan sammankomsterna ges tid för reflektion och eftertanke
- Studiecirkeln leds av en cirkelledare som har kontakten med Studieförbundet Vuxenskolan
- Gruppen kan utse sin egen cirkelledare

## Cirkelstart

Under första cirkelträffen bestäms spelreglerna för cirkeln. Utifrån studieplanen och cirkelledarens förslag kommer gruppen överens om:

- Mål för cirkeln.  
Vad ska arbetet i cirkeln leda fram till?

- När och var ska gruppen träffas?
- Fokus för varje träff.
- Eventuella studiebesök och expert-medverkan.
- Vad förväntas deltagarna göra mellan träffarna i cirkeln?
- Hur ska arbetet dokumenteras?

## Innan du börjar

Glöm inte att kontakta Studieförbundet Vuxenskolan för hjälp med administration och deltagarlistor.

Adressen till din SV-avdelning hittar du på [www.sv.se](http://www.sv.se)

Studiecirkeln styrs av sina deltagare. Därför blir varje ny studiecirkel unik. Deltagarnas kunskaper, erfarenheter och mål är väsentliga för gruppens gemensamma arbete.

Syftet med denna cirkel är att sätta fokus på matens påverkan på klimatet – vad just ditt matval betyder för klimat, natur och miljö. Men hur mycket kan du egentligen påverka?

Denna studieplan bygger främst på kokboken **Eat Good**. Boken har skapats av professor Johan Rockström, som står för det vetenskapliga underlaget. Johan Rockström är professor i miljövetenskap vid Stockholms universitet. Kocken Malin Landqvist, står för recepten och doktoranden Victoria Bignet har skrivit texterna. Boken ges ut av stiftelsen EAT.

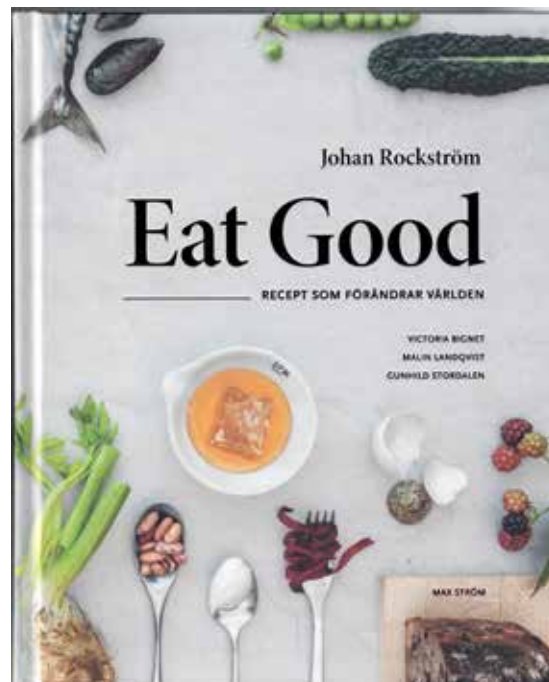
I boken finns en lång rad recept ”som förändrar världen”. Dessutom finns en genomgång ”Hållbarhet, mat och hälsa”.

Citaten i studiehandledningen är hämtade från olika källor. Diskussionsfrågorna är kopplade till boken Eat Good.

För att ge grundläggande kunskap om klimatfrågan rekommenderas också boken **Klimatinfo för alla**. Den gavs ut (2018) av Tankesmedjan Fores och Studieförbundet Vuxenskolan.

## Laga mat tillsammans

Välj ett recept ur Eat Good, en maträtt att laga tillsammans – om ni vill. Till första träffen väljer ledaren ett recept och skaffar råvarorna.



## Inför första träffen

Läs i Eat Good

- Vad innebär hållbar utveckling?
- Matens roll

**M**änskligheten står inför stora utmaningar.

Idag går över 800 miljoner människor till sängs varje dag utan att fått äta sig mätta, trots att det finns tillräckligt med mat för alla. Detta är ohållbart.

*Naturskyddsföreningen*

**M**aten vi äter påverkar miljön mer än du kanske vet. Hela en fjärdedel av hushållens påverkan på klimatet kommer från maten. Om vi ändrar på hur vi äter skulle vi kunna halvera utsläppen av växthusgaser. Samtidigt som vi skulle äta nyttigt och spara pengar.

*Livsmedelsverket*





Foto: Veronica Kurkko

Nästan varannan svensk lider av klimatångest. 46 procent av svenskarna känner oro eller ångest kopplad till klimatförändringar. Kvinnor oroar sig mer än män. 55 procent av kvinnorna uppger att de är oroliga jämfört med männen där motsvarande siffra är 37 procent. Undersökningen visar också att sju av tio svenskar vill bli bättre på att handla livsmedel som minskar deras klimatpåverkan.

*Undersökning av Kantar Sifo, på uppdrag av ICA 2018*

## Reflektera & diskutera

**1** De miljömässiga hoten mot vår planet redovisas på sidan 155 (figur 2).

Här ser vi att områden med *hög risk* är *Biologisk mångfald* och *Påverkan på biokemiska flöden*. Men även inom *Förändrad markanvändning* och *Klimatförändringar* redovisas en ökad risk (i osäkerhetszonen).

- Diskutera denna bild.
- Finns det exempel på detta i din egen vardag och i Sverige?
- Vilka iakttagelser har du själv gjort?

**2** I avsnittet *Matens roll* skriver författaren:

Dessvärre är diagnosen för världens livsmedelssektor allvarlig.

Den står idag för upp till en tredjedel av världens sammanlagda växthusutsläpp.

Räknar man bort koldioxid och betraktar alla övriga växthusgaser, det vill säga i huvudsak metan, dikväveoxid (lustgas) och marknära ozon, så står jordbruket för hela 56 procent (figur 4).

Vi har redan överskridit den planetära gränsen för klimatpåverkan. Därför behöver jordbruket gå från att vara en källa av koldioxidutsläpp till att bli en kolsänka. En kolsänka tar upp kol från atmosfären och lagrar den i jord och växtlighet. Det kan göras genom att odla mer fleråriga grödor där mer kol lagras i rötterna. Man kan också byta till odlingsmetoder som bygger upp organiskt material (mull) i jorden. Odling med varierad växtföljd och mellangrödor är exempel på sådana metoder.

- Vad begränsar detta?
- Vilka är möjligheterna?  
Vilka iakttagelser har du själv gjort.
- Inom vilka olika sammanhang behöver förändringar genomföras för att detta ska bli möjligt?
- På vilka sätt kan du bidra?



Foto: Johner Bildbyrå AB

**3** Tio av världens länder står tillsammans för 72 procent av de totala utsläppen av växthusgaserna. Kina, USA och EU står tillsammans för mer än hälften av de totala utsläppen. De 100 länder med lägst utsläpp står endast för 3 procent av de totala utsläppen.

Trots att Kina som land är det enskilda land som står för det största andelen av utsläppen (30 %), så släpper USA och Ryssland exempelvis ut betydligt mer växthusgaser per capita.

I jämförelse med andra i-länder har Sverige låga koldioxidutsläpp per capita och ligger en bra bit under de genomsnittliga utsläppen i OECD. Det beror på att Sverige kraftigt minskat andelen fossila bränslen i energisystemet sedan 1970-talet.

- Varför är det viktigt att Sverige, och vi som bor i Sverige, minskar våra utsläpp av växthusgaser? Ska Sverige vänta på att andra länder minskar sina utsläpp först? Diskutera argument för och emot.
- Finns det historiskt/moraliska argument för att den rika västvärlden måste gå före att minska utsläppen av växthusgaser?
- Vilka värderingar, världsbilder och antaganden ligger till grund för den utveckling som lett fram till dagens situation?

## Uppgift inför nästa träff

**Läs** i boken Eat Good:

- Mat, hälsa och miljö hänger ihop.
- Vad är hälsosam och hållbar kost?
- Hur kan matvanor och livsmedelsproduktion förändras?

### Testa

Hur ser din egen klimatpåverkan ut?

Notera att dessa verktyg mäter det totala klimatavtrycket – inte enbart mat.

Du kan testa på olika plattformar:

på Världsnaturfondens sida: <https://www.klimatkalkylatorn.se/>

på [www.klimatkontot.se](http://www.klimatkontot.se)

Om du är med i ICA:s kundklubb kan du på *din sida* mäta klimatavtrycket från dina inköp i ICA;

Logga in på [ICA:s hemsida](#) och välj *Mitt klimatmål*.

Där kan du också prova att förändra dina inköp för att få bättre climateffekt.



# 2 Kött, fisk & vegetariskt



## Reflektera & diskutera

Samtala om resultaten av testerna ni gjort hemma. Hur ser din egen klimatpåverkan ut?  
Vad kan du göra för att sänka klimatavtrycket i din matkasse?

I boken Eat Good finns en lathund för *hållbar kost*:

- Begränsa mängden fisk och skaldjur, ät mest småfisk (läs WWF:s fiskeguide på WWF:s hemsida).
- Ät mer näringsrika alternativ från växtriket, främst baljväxter, rotsaker, spannmål, frukt och grönt.
- Välj ekologiskt producerade livsmedel.
- Välj hållbarhetscertifierade produkter (exempelvis MSC/ASC eller RSPO).
- Välj närproducerat och säsongsbaserat när alternativen finns.
- Undvik animaliska produkter från länder vars vatten- och markresurser redan är hårt belastade.
- Gå, cykla eller åk kommunalt till mataffären.
- Begränsa mängden kött och mejeriprodukter.
- Välj bättre kött – det betyder:

Ät kött från naturbetande djur för att gynna den biologiska mångfalden.

Ät kött med mindre resursförbrukning, exempelvis kyckling.  
(läs Världsnaturfondens Köttguide på WWF:s hemsida)

Välj kött från länder med stränga djurskyddsregler. Djuren ska ha möjlighet att utöva naturligt beteende och antibiotikaanvändningen ska vara reglerad.

**V**isste du att en vegetarisk rätt i genomsnitt har hälften så stor klimatpåverkan som en kötträtt? Det beror på att uppfödning av köttdjur står för en mycket stor del av klimatutsläppen. Vi svenskar äter mycket kött, vilket varken är bra för miljön eller hälsan. Bönor, linser, kikärtor och andra grövre grönsaker är klimatsmart, även om det har transporterats långt eller hittats i frysdisk. *Naturskyddsföreningen*

## Reflektera & diskutera

**1** På sidan 176 i boken Eat Good finns en jämförelse mellan vad olika proteinkällor gör för koldioxidfotavtryck (figur 13). På sidan 177 i boken finns motsvarande bild av svenskars kostbaserade klimatfotavtryck för olika typer av livsmedel.

- Diskutera de olika källornas koldioxidavtryck.  
Vad drar ni för slutsatser?

**2** Branschorganisationen Svenskt kött redovisar följande fem skäl för att välja svenskt kött:

- **Lägre klimatavtryck**

En hög andel kött från mjölksektorn ger lägre klimatavtryck. I Sverige kommer cirka 65 procent av köttet från mjölkkrasdjur. Andelen köttrasdjur i Sverige är 35 procent jämfört med 50 procent i Irland och 54 procent i Frankrike.

- **Gott smittskydd och god djurhälsa**

Sverige har ett mycket lågt sjukdomstryck av exempelvis salmonella och är befriade från flera i övriga EU vanliga smittsamma sjukdomar som minskar produktiviteten. Sveriges goda smittskydd är bra ur klimatsynpunkt eftersom det ger bättre tillväxt.

- **EUs lägsta användning av antibiotika**

Sverige har en god djuromsorg, friska djur och EUs lägsta användning av antibiotika. Även det är en klimat fördel eftersom det gör att djuren kan utnyttja fodret mer effektivt. Ny forskning från Sveriges lantbruksuniversitet (SLU) visar också att gödseln kan läcka mindre växthusgaser med låg användning av antibiotika i djurhållningen.

- **Svenskt vallfoder ger klimatvinster**

Svenskt vinterfoder binder mer kol i marken än majsfoder som är vanligt i övriga EU. Klöver och gräs binder cirka tre gånger mer kol i skörderester under mark jämfört med majs. Det svenska vallfodret har därför en fördel ur klimatsynpunkt. Dessutom kan klöver fixera luftkväve vilket medför minskad användning av mineralgödselkväve. I Sverige används mycket lite soja i nötköttsproduktionen och all soja som används är certifierad.

- **God vattentillgång**

Sverige finns det gott om vatten och nötkreaturen konkurrerar inte med människan om vattnet som på många andra ställen i världen.

Kan läsas på <http://www.svensktkott.se/om-kott/kott-och-miljo/miljo-och-klimat/notkott-och-klimat/fem-skal-att-valja-svenskt-notkott/>

- Diskutera köttbranschens argument för att välja mer svenska kött.  
Argumentera för och emot.

**3** Forskare på Sveriges lantbruksuniversitet (SLU) beräknar att en skatt på allt nötkött skulle minska köttkonsumtionen med ca 15 procent. Det skulle kunna gynna svenskt kött. Enligt projektledaren för forskningsprojektet är klimatskatt på mat ganska obeprövat internationellt. Däremot vet man att livsmedelsskatter som syftar till bättre hälsa, som på socker och mättat fett, har gett resultat i andra länder:

– Där ser man att skatterna leder till att konsumtionen av dessa produkter sjunker. En sådan skatt skulle kunna minska antalet betande djur, vilket kan drabba den biologiska mångfalden i öppna landskap. Därför ingår det i forskningsprojektet att se hur intäkterna från skatten skulle kunna kompensera för oönskade bieffekter, till exempel genom stöd till svensk betesproduktion. Forskningsprojektet, finansieras av Naturvårdsverket.

*Elin Rööf, forskare på Sveriges lantbruksuniversitet*

– Att via skatter trycka bort livsmedelsproduktion via idisslare i Sverige, EU och globalt hotar samtidigt global livsmedelsförsörjning och den biologiska mångfalden. Sveriges nationella oberoende hotas. Utan idisslare kan vi inte försörja Sveriges befolkning med mat om/när det säkerhetspolitiska läget skärps.

*Stefan Hellstrand, husdjursagronom och teknologie dr energi- och miljöteknik*

- Bör ekonomiska styrmedel användas för att styra konsumtion av livsmedel (t ex kött och socker)?
- Hur tror ni att införande av en köttskatt skulle påverka köttkonsumtionen?
- Om köttskatt införs, hur bör den i så fall utformas?
- Hur bör de intäkter styras som en sådan skatt ger?

**4** Fiskens klimatpåverkan är mindre än köttets. Den största delen står själva fisket för, i form av utsläpp från båtens bränsleförbrukning. Våra vanligaste matfiskar är ofta sunda alternativ och klimatsmarta proteinkällor. Rådet är att välja fisk från hållbara bestånd. Man ska se upp med botten-trålad fisk och fisk som saknar miljömärkning.

- Hur ofta äter du fisk?
- Vilken fisk äter du då?
- Diskutera om det är lätt att i butiken välja fisk från hållbara bestånd-
- Vad är akvaponik?





Foto: Matilda Lindeblad

**5** Ungdomar utsätts dagligen för budskap om mat och ätande. Det handlar om allt från rådande kroppsideal till hälsa och riskrapporter om vissa livsmedel. En avhandling från Göteborgs universitet visar att unga upplever det som svårt att avgöra vem eller vad de kan lita på i floden av matinformation.

En slutsats är att den stora mängd budskap som ungdomar möter oroar dem. Även om ungdomarna reflekterade kritiskt kring budskap och källor så är det svårt att veta vem och vad man ska lita på.

Ungdomarna litade ofta på personer som de tror har kunskap eller relevant utbildning. Det kan exempelvis vara hem- och konsumentkunskapsläraren eller hockeytränaren. De lyssnade även på personer som de upplever genuint bryr sig om dem, först och främst gäller de egna föräldrarna men även andra som de har en nära relation till och som vill deras bästa, säger forskaren Jenny Rendahl. Däremot litade ungdomarna inte på matbudskap med ett kommersiellt intresse bakom, budskap som ofta förmedlas genom media.

- Hur kan denna oro mötas?
- I studien markeras också att mat och ätande inte bara handlar om näring, utan också är en identitetsmarkör för många ungdomar.  
Kan detta påverka val som exempelvis kött eller vegetariskt?
- Gäller detta också andra konsumentgrupper?
- Vilka trender uppfattar ni finns när det gäller mat och klimat?

## Uppgifter inför nästa träff

**Läs** i boken Eat Good:

Livsmedelstrygghet och matsvinn.

**Testa:**

Testa ditt eget matsvinn. Gå till Livsmedelsverkets självttest:

[www7.slv.se/Matsvinn/Undersokning.mvc/RedigeraEnkat?sidNummer=1](http://www7.slv.se/Matsvinn/Undersokning.mvc/RedigeraEnkat?sidNummer=1)

Reflektera och notera dina iakttagelser inför diskussionen med övriga cirkeldeltagare.

Konsumentföreningen Stockholm presenterar en idé på sin hemsida:

Ordna **Restfest** en gång i veckan och spara både tid och pengar.

Inga förberedelser krävs. Bara att ställa fram veckans rester och låta alla plocka åt sig av sina favoriter. Barnen älskar det!

Välj ut dina bästa rester och ta med till nästa cirkelträff och träffen bli en restfest!

Glöm inte att ta med både mat & dryck.

Foto: Veronica Kurkko



# 3 Matsvinn – idag kastas var femte matkasse

Varje år slängs cirka 19 kilo fullt ätbar mat per person och 26 kilo mat och dryck hålls ut i slasken. Ett hushåll kan spara minst 3000 - 6000 kr per år på att minska sitt svinn. Förutom att det är dumt att slänga pengar i sophinken är svinnet dåligt för miljön. Ett enkelt sätt att bidra till en bättre miljö är att minska sitt svinn.

*Livsmedelsverkets hemsida*

*Foto: Maskot bildbyrå*



## Reflektera och diskutera

**1** FN:s och Sveriges mål är att till år 2030 halvera det globala matsvinnet per person. Det handlar om att minska matsvinnet längs hela livsmedelskedjan – i butik, i konsumentledet och förlusterna efter skörd.

- Vad kan du göra själv? Hemma, på jobbet och när du handlar?
- Vad kan göras på nationell nivå?
- Vad kan kommunen göra för att minska matsvinnet?  
I kommunens egen verksamhet?  
För att minska mängden hushållsavfall?

**2** Enligt Livsmedelsverket slängs årligen, per person i Sverige, cirka 19 kilo ätbar mat i soporna och 26 kilo mat och dryck hålls bort i slasken. Mycket av maten slängs för att den inte äts upp i tid. Vi köper för mycket, glömmer mat längst in i kylskåpet och kastar det som blir över i stället för att äta upp resterna.

Ett hushåll beräknas kunna spara minst 3000 - 6 000 kr per år på att minska sitt svinn.

Uppgiften inför denna träff var att göra Livsmedelsverkets självtest *Testa ditt eget matsvinn*.

- Var och en redovisar sina resultat - reflektera och diskutera.
- Vad kan vi som enskilda personer göra åt matsvinnet i vårt eget hushåll?

*Foto: Veronica Kurkko*



## Uppgift inför nästa träff

- Ta reda på vilka matproducenter och gårdsbutiker som finns i din närhet  
– tex gårdsmejerier, gårdsslakterier...  
Du kan söka på Lokalprudicerat i väst, Bondens egen marknad mfl.
- Kolla på din hemort om det finns en REKO-ring.  
Om inte, kanske det finns någon i närheten.  
Gå med i REKO-ringens lokala Facebookgrupp.
- Kolla producenternas erbjudanden inför nästa utlämningstillfälle.
- Gör en lista över vilka produkter som erbjuds.

*Foto: Johner Bildbyrå AB*





# 4 Närodlat – odla själv?



## Läs & reflektera

Närodlat och närproducerat används oftast om livsmedel och betyder att varan är odlad eller producerad nära där du gör dina inköp. Däremot säger begreppen inget om påverkan på miljön.

## Tänk på det här

- Odlings- och produktionsmetoder för livsmedel har oftast större betydelse för miljön än transporter. Ett undantag är om produkterna sänds med flyg.
- Begreppen närodlat och närproducerat innebär inte att särskilda miljökrav ska vara uppfyllda.
- Nära innebär nära där du gör dina inköp.
- Du kan vända dig till din kommun om du upptäcker att en vara säljs som närodlad eller närproducerad trots att den uppenbarligen inte är det. Det finns ingen allmän definition av vad närodlade och närproducerade livsmedel innebär utöver att det är något som tillverkas nära den plats där varan säljs. Vad som är nära definieras inte, men i Sverige menar vi oftast lokalt eller regionalt.

Närodlat och närproducerat ska inte blandas ihop med regional mat och skyddade ursprungsmärkningar. För dem finns tydliga regler inom EU.

*Konsumentverket på hemsidan Hallå Konsument*

**REKO** står för Rejäl Konsumtion och är ett sätt att handla lokalproducerad mat, helt utan mellanhänder. Konsumenter och producenter på en ort går samman och startar en REKO-ring där råvaror och produkter säljs direkt från producent till konsument. Enkelt och genialt!

REKO är lokal mat blandat med förtroende, glädje och engagemang. REKO är en förkortning av rejäl konsumtion, men REKO betyder också schysst, trevligt och rättvist. I REKO-ringen skapas relationer mellan de som föder upp och odlar vår mat och de som sen tillagar och äter den. Frågor om hur djuren har fötts upp blandas med tips och recept på säsongens råvaror. Köpare och säljare får kontakt med varandra genom särskilda Facebookgrupper. I Facebookgruppen får köparen veta vilka varor som finns i den lokala REKO-ringen och hur man gör för att beställa. Där finns också all information om var och när de beställda varorna hämtas och hur betalningen går till. Alla affärer görs upp i förväg.

REKO är en folkrörelse som växer av egen kraft. Den första REKO-ringen i Sverige bildades i Grästorps kommun hösten 2016. Sedan dess har antalet REKO-ringar i Sverige ökat snabbt. I februari 2018 fanns det 71 REKO-ringar med drygt 110 000 medlemmar. Idén kommer från finska Österbotten där modellen med REKO-ringar startade 2013.

*Hushållningssällskapet Rekoringer i Sverige*

## Reflektera & diskutera

**1** De argument som förs fram för att skydda just våra bönder håller inte. Sveriges jordbruk är inte det mest hållbara. Enligt ett vedertaget index kommer vi i stället först på sjunde plats av 34 länder. Om det är hållbarhet som är det viktiga så finns det alltså sex andra länder, bland annat Colombia, att köpa ifrån. Transporter utgör numera en begränsad del av jordbrukets slitage på omgivningen. Att det lokala alltid är att föredra ur miljösynpunkt är en myt. Ofta är det tvärtom.

*Fredrik Segerfeldt, författare och liberal debattör med bakgrund i Svenskt Näringsliv samt Timbro. Ur debattartikel i Expressen 20 juli 2018*

Fredrik Segerfeldt påstår att det finns flera länder i världen som har ett mer hållbart jordbruk än Sverige. Colombia är ett han nämner.

- Varför inte köpa mat från hållbar produktion i Colombia? Diskutera argument för och emot.

**2** REKO-ringen har snabbt vuxit som en ny marknad för lokala livsmedelsproducenter.

- Varför har rekoringar uppstått och vilka behov tillfredställer dessa?



# Tips på webben om mat & klimat

---

## **Svenska Dagbladets klimatutmaning**

<https://www.svd.se/om/klimatutmaningen> /eller artiklar via SV/

## **Regeringen**

[www.regeringen.se/regeringens-politik/parisavtalet/](http://www.regeringen.se/regeringens-politik/parisavtalet/)

## **Naturvårdverket**

[www.naturvardsverket.se/Miljoarbete-i-samhallet/Miljoarbete-iSverige/Uppdelat-efter-omrade/Konsumtion-och-produktion/Hallbar-mat/](http://www.naturvardsverket.se/Miljoarbete-i-samhallet/Miljoarbete-iSverige/Uppdelat-efter-omrade/Konsumtion-och-produktion/Hallbar-mat/)

## **Livsmedelsverket**

<https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo>

## **LRF**

<https://www.lrf.se/klimat>

## **Naturskyddsföreningen**

<https://www.naturskyddsforeningen.se/kott-klimat-miljo>

## **Svenskt kött**

[www.svensktkott.se/om-kott/kott-och-miljo/miljo-och-klimat/](http://www.svensktkott.se/om-kott/kott-och-miljo/miljo-och-klimat/)

**ICA** (med möjlighet för medlemskunder att testa sitt eget klimatavtryck baserat på sina inköp)

<https://www.ica.se/ica-tar-ansvar/>

## **Coop**

<https://www.coop.se/vart-ansvar/hallbarhetsarbete/klimat--energi/>

## **Mät ditt klimatavtryck**

<https://www.klimatkontot.se/>

## **Släng inte maten**

[www.slangintematen.se](http://www.slangintematen.se)

## **Refarm**

[www.refarm.se](http://www.refarm.se)