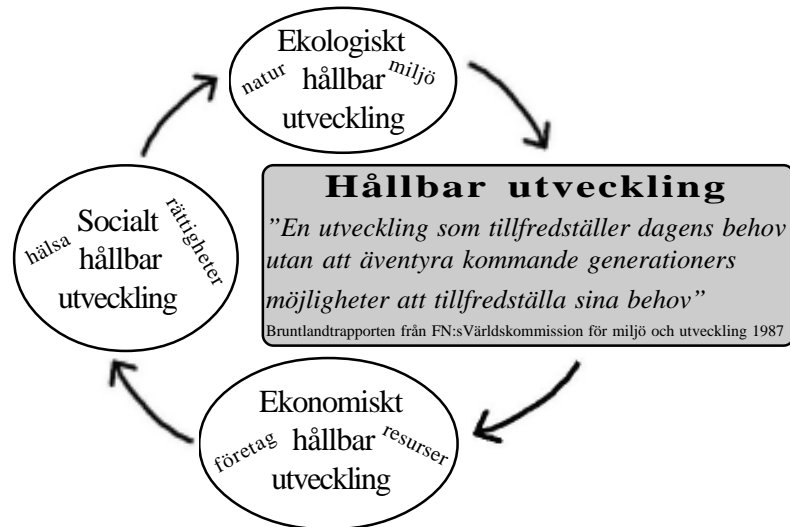


Läs mer om mat och hållbar utveckling

- Läromedel, *Mat på hållbar väg*, WWF Naturvaktarna, 2006
- Rapport, *Ett första steg mot hållbara matvanor*, Centrum för Tillämpad Näringslära, 2005
- Utredning, *Bilen, biffen och bostaden*, Stefan Edman 2005
- Rapport, *Kan vi äta oss till en bättre hälsa och miljö?*, Mat 21, 2004
- Livscykelanalys, *Maten och miljön*, LRF, 2002
- Hemsida, mat ur miljö- och näringsssynpunkt, www.tallriksmatchen.konsumentverket.se
- Hemsida, www.myfootprint.org, räkna ut ditt ekologiska fotavtryck på jorden.
- Hemsida, www.ekomat.konsumentverket.se om bl.a. ekologiska kvitton.
- Rapport, *Vad kostar hållbara matvanor?* Statens Folkhälsoinstitutet, 2005



Hållbar utveckling

"En utveckling som tillfredställer dagens behov utan att äventyra kommande generationers möjligheter att tillfredsställa sina behov"

Bruntlandrapporten från FN:s Världskommission för miljö och utveckling 1987

BSR Eagle



Inom EU-projektet BSR Eagle deltar 52 partners från olika länder runt Östersjön. Nynäshamns Naturskola är en partner. Ett syfte med projektet är att sprida kunskap om hållbar utveckling runt Östersjön. Denna folder är ett sätt att nå ut till invånarna i Nynäshamns kommun.

Hemsida: www.nynashamn.se/natursko

Nynäshamns kommun
Viaskolan, Naturskolan
149 81 Nynäshamn

Tel/Fax
08 520 73565/38590

mats.wejdmarek@naturskolan.pp.se

Mobil Mats/Robert
070 6388590/6388541

robert.lattman@naturskolan.pp.se



2006-2007
Tema: mat



Nynäshamns Naturskola är en av Sveriges 80 naturskolor vars verksamhet vägleds av mottot; att lära in ute. Naturskolan startade 1988 och tar emot barn och elever mellan 4 och 16 år från hela Nynäshamns Ekokommun. Skolklasserna besöker Naturskolan en gång per läsår vilket innebär minst 2500 elever. Här bedrivs ett undersökande arbetssätt utomhus kring olika teman. Inför varje besök på Naturskolan förbereds klassen av sin lärare, därpå sker efterarbete på hemsolan. Varje årskurs har sitt eget tema, t.ex småkryp, sinnen, forntida tekniker, vinterekologi, elden och Alhagens våtmark.

Bilder från elevernas dag med Naturskolan läggs, med föräldrarnas tillåtelse, ut på hemsidan.

www.nynashamn.se/natursko



Verksamheten är förlagd ute i fält, på skolor, förskolor och i Naturskolans egna lokaler vid sjön Muskan i Ösmo.

Naturskolan driver Agenda 21-arbetet inom Barn- och utbildningsförvaltningen genom att sammankalla nätverk, göra miljöredovisning och miljöchecklistor. Flera projekt drivs av Naturskolan i samarbete med andra aktörer och en del spänner över flera år. Varje år erbjuds ett stort antal kurser för personal inom skola och förskola. Läromedel och handledningar produceras i samband med kurser och klassbesök och finns tillgängligt på en hemsida som bara personal inom skola och förskola kan nå. Naturskolan måste sälja kurser för att finansiera en del av verksamheten.

Vad äter du?

Vad betyder hållbar utveckling?

Hållbar utveckling innebär att vi som lever nu ska tillgodose våra behov utan att det hindrar våra barn och deras barn att tillgodose sina behov. Vi måste använda våra åkrar på ett sådant sätt att man även i framtiden kan odla mat. Maten vi äter måste alltså vara hållbar för både människors hälsa, naturen och ekonomin.

Billig mat kan vara bra ekonomiskt för dig men inte för din hälsa. Billig mat kan också vara dålig för naturen och för hälsan hos de som odlar.

	Banan (konventionell)*	Äpple (svenskt)*
Hälsa	Arbetarna i plantagen blir sjuka av alla gifter (hudbesvär, cancer och sterilitet).	Arbetarna har fungerande skydd och skyddas av arbetsmiljölagen.
Miljö/natur	Giftier förorenar jord och vatten (i snitt <u>50 kg gift</u> per hektar och år). Långa transporter ger stora utsläpp.	Svenska äppelodlingar tar i snitt emot ca <u>5 kg gift</u> per hektar och år. Korta transporter.
Ekonomi	Pengarna hamnar hos storföretag i de rika länderna. Arbetarna har låga löner.	Arbetarna har avtalslöner och pengarna stannar hos odlarna.

Vad åt du igår?

Frukost/lunch/middag

Från växter		Från djur	
Ingrediens	Land	Ingrediens	Land

* Förhållandena är betydligt bättre vid odling av KRAV-godkända och Rättvisemärkta bananer. Vid odling av KRAV-godkända bananer och äpplen används inte gifter (kemiska bekämpningsmedel).

Detta kan du göra för en bättre miljö, hälsa och ekonomi

- Ät mer baljväxter (bönor mm), bröd, gryn, potatis, frukt, grönsaker och svenskt lammkött!
- Ät upp! Uppåt 4% av maten i svenska hem kastas.
- Ät mat som är odlad i Sverige (kortare transporter ger mindre utsläpp)!

Visste du att:

- ingredienserna i de båda färdigrätterna "kyckling a la Jacob" från Dafgårds och "Chicken sweet chili" från Findus har rest sammanlagt ett varv runt jorden (4000 resp. 4700 mil).
- alla ni som drack ekologisk mjölk förra året i Sverige bidrog till att släppa ut 33000 kilo mindre kemiska bekämpningsmedel.
- en familj med två barn kan spara 1700 kr på ett år genom att baka sitt eget KRAV-godkända bröd istället för att köpa bröd. Dessutom slipper du de härdade fetterna och andra tillsatser.
- ett kilo tomater odlade i växthus kräver 30 gånger mer energi än ett kilo morötter som odlats på åkern.
- regeringen har som mål att 20% av åkrarna i Sverige ska vara KRAV-godkända år 2010. Om din familj dricker 10 liter mjölk i veckan, och 2 liter är KRAV-mjölk så är ni uppe i 20 %.
- om du halverar inköpen av livsmedel som är onödiga ur närings-synpunkt (t.ex. läsk, chips, flaskvatten, grädde, kaffe) förbättras miljön, din hälsa och du kan spara tusentals kronor per år .