

Käka upp och gör något kul istället!

Mer än en fjärdedel av all mat vi bär hem från affären åker rakt ner i soporna. Det betyder att hela 2,3 miljoner ton mat går förlorad i Sverige varje år. Det är ungefär lika mycket som 1,5 miljoner bilar väger.

Produktionen av mat står för en stor del av vår totala klimatpåverkan. Att producera den mat vi kastar motsvarar utsläppen från 700 000 bilar. Snacka om slöseri med resurserna! Det vi kastar främst är

- mat med utgången bäst-före-datum
- överbliven mat vi inte orkar äta upp
- frukt och grönsaker – främst potatis
- ris, pasta, mjölk, fil och yoghurt.



Visste du?

En tvåbarnsfamilj kan spara 7000 kronor om året på att inte kasta mat i onödan. För de pengarna skulle du kunna:

- Hyra en sommarstuga vid havet en vecka.
- Äta två badkar fyllda med jordgubbar.
- Ta en luftballongfärd med hela familjen.

Vad väljer du?



Så här hjälper du din familj att göra något roligare för pengarna:

- Föreslå att ni sänker kylskåpstemperaturen från 8°C till 6°C. På så sätt förlängs hållbarheten med flera dagar.
- Undvik storförpackningar av färskvaror.
- Laga lagom mycket mat och frys in resterna.
- Laga mat på rester och gör matlådor av överbliven mat.
- Smaka och lukta innan du tittar på bäst-före-datum.