

Hur du kan bidra till

EN ÖKAD SJÄLVFÖRSÖRJNINGSGRAD

- 1. **Äta i säsong.** Planera dina inköp till veckans måltider så att de till stor del består av livsmedel som är i säsong i Sverige
- 2. **Handla de lokalt producerade råvarorna.** På så sätt får våra lokala producenter sina varor sålda och kan fortsätta bedriva sina verksamheter.
- 3. **Du kan aktivt uppmuntra och stötta de lokala producenterna i ditt närområde.** Besök deras gårdar, köp deras produkter och sätt dig in i hur produktionen faktiskt går till.
- 4. **Fråga efter de svenska eller lokala produkterna i din livsmedelsbutik.** Hittar du endast importerade alternativ av produkten du vill ha kan du alltid fråga din lokala handlare om det finns ett lokalt alternativ att ta in i sortimentet.
- 5. **Fråga efter de svenska eller lokala råvarorna på din lokala restaurang.** Vart kommer köttet på menyn ifrån? Kommer osten från Sverige?



VARFÖR VÄLJA DEN LOKALA MATEN? FÖR ATT NÄRHETEN ÄR STORHETEN

VÅRT ANSVAR

Vi förstår att vårt ansvar sträcker sig bortom att bara vara en livsmedelsbutik; vi är även en viktig del av vårt lokalsamhälle. Vi vet att närheten och gemenskapen på vår ort samt att vi får vara en del av människors vardag är storheten som er lokala matbutik. Vårt mål är att vara mer än bara en plats där du kan handla mat – vi vill också vara en plats där människor kan mötas, se nya möjligheter och dela sina egna erfarenheter. Genom att lyssna och förstå våra kunders behov samt stötta våra lokala producenter så kan vi fortsätta utveckla vårt sortiment och våra tjänster för att bättre kunna stötta vårt gemensamma samhälle.

EN NY TALLRIKSMODELL

Idag ligger Sveriges självförsörjningsgrad på runt 50%, vilket i praktiken innebär att ungefär varannan tugga som äts av oss är importerad. Man skulle även kunna säga, som Framtidsmat* var först med att nämna, att vår nya tallriksmodell skulle kunna bestå av endast morotskaka. För socker, spannmål och morötter utgör nämligen de livsmedel som vi producerar själva i tillräckligt stor omfattning för att tillgodose hela Sveriges behov.

En verksam och välfungerande metod för att stärka vår självförsörjningsgrad är enkelt beskrivet, att handla det du önskar ska finnas, även i hårdare tider.

HUR KAN JAG BIDRA?

Med en lokal matproduktion minskar vårt transportbehov och ökar samtidigt våra lokala arbetstillfällen. Lokala växtodlingar och lokala gårdar med betande djur bidrar också till att bevara det öppna landskapet med åkrar, ängar och betesmarker. Genom att

välja den lokalt producerade maten hjälper du till att upprätthålla den lokala landsbygden och främja den biologiska mångfalden. Du kan också byta de långväga produkterna till produkter som kommer närmare ifrån, till exempel kan du, i säsong, byta ut den importerade potatisen till den lokalt odlade potatisen från Anjous Potatis & Grönsaker.

Men vad kan man mer göra som konsument? Här nedan kommer några förslag på vad du som konsument kan göra för att öka vår självförsörjningsgrad i Sverige; men kanske framför allt lokalt här i Roslagen.

1. **Ät i säsong.** Planera inköpen till veckans måltider så att de till stor del består av livsmedel som är i säsong i Sverige.
2. **Handla de lokalt producerade råvarorna.** På så sätt får våra lokala leverantörer och producenter sina varor sålda och kan fortsätta att bedriva sina verksamheter.
3. **Du kan aktivt uppmuntra och stötta de lokala producenterna i ditt närområde.** Besök deras gårdar, köp deras produkter och sätt dig in i hur produktionen faktiskt går till.
4. **Fråga efter de svenska eller lokala produkterna i din livsmedelsbutik.** Hittar du endast importerade alternativ av varan du ska ha kan du alltid fråga din lokala handlare om det finns ett lokalt alternativ att ta in i sortimentet.
5. **Fråga efter de svenska eller lokala råvarorna på din lokala restaurang.** Endast 20 procent av köttet som serveras på restauranger idag är svenskt** men flera restauranger har gjort det aktiva valet att använda de svenska råvarorna i så stor utsträckning som möjligt och är stolta över det.

Genom att fråga vart köttet kommer ifrån så bekräftar du deras val. ***

GÖR MEDVETNA VAL

Att göra medvetna val när det kommer till inköp och matvanor kan göra en verklig skillnad. Vad du väljer att handla och sedan äta har stor betydelse för såväl Sveriges framtida livsmedelsförsörjning som för vårt närområdes gemensamma utveckling. Du kan se dina inköp som en investering i att stärka den svenska självförsörjningsgraden och genom att stötta lokala bönder och producenter och välja lokalproducerade alternativ kan du bidra till en mer hållbar framtid för både Sverige och vårt närområde.

När du väljer den svenska- och lokalproducerade maten så bidrar du inte bara till en trygg livsmedelsförsörjning och ökad självförsörjningsgrad, du minskar även vår miljöpåverkan genom att välja mat med kortare transporter samt är med och skapar möjligheter för fler lokala arbetstillfällen i vårt närområde.

Så nästa gång du handlar mat, var medveten om de fördelar som kommer med att välja svensk- och lokalproducerad mat - både för din smakupplevelse och för vår gemensamma framtid. Dina val kan ha en positiv inverkan långt bortom din egen tallrik.

Källa:

*Artikel Framtidsmat.se, **LRF, ***Artiklar Från Sverige.se

