

Framtiden

i

våre

hender

N° 03

50. årgang

Desember 2023

Kr. 69,-

«Drivhuseffekten»

Bruktklær på ville veier?
Bærekraftige matgleder
Kamp mot fast fashion nytter
Grønn medlemsrekord

TRE UKER TIL ASKEPOTT?

SKANN KODEN OG FÅ
KLASSEKAMPEN HELT GRATIS
I TRE UKER



IN BED WITH NATURE

100% organiske materialer

Vi skreddersyr din seng slik at den passer perfekt til deg og gir deg optimalt med dypsøvn.

- naturlig lateksskum
- naturlig antibakteriell
- perfekt stabilitet og støtte



Produktene er laget av giftfrie, resirkulerbare, naturlige, fornybare og økologiske materialer. Madrasskjernen i naturgummi puster og er naturlig antibakteriell. Den har lang levetid og beholder den unike spensten lengre enn andre madrassmaterialer.



Kontakt: 97 99 84 00
post@greensleep.no

Framtiden i våre hender

Magasinet **Framtiden i våre hender** (Tidligere Folkevevt) utgis av miljøorganisasjonen Framtiden i våre hender.

Organisasjonen Framtiden i våre hender arbeider for etisk forsvarlig og miljøvennlig forbruk, og en rettferdig fordeling av jordas ressurser.

Ansvarlig redaktør

Arne Storrønningen
astor@framtiden.no

Art Director

Jørgen Høj Hejbol
jorgen.hoj@otw.dk

Framtiden i våre hender

Økernveien 94, 0579 Oslo
Tlf + 47 22033150
post@framtiden.no

Forsidefoto

Åsta Skjervøy

Abonnement

Kr 275,- per år

Trykk

Merkur Grafisk AS.

Opplag

bekreftet gjennomsnitt
2. halvår 2018 og 1. halvår 2019
25276

Bankgiro

medlemskonto 1254 62 79950
konto gaver 1254 62 79977

Magasinet Framtiden i våre hender redigeres i henhold til prinsippene i Fagpressens redaktørplakat og lov om redaksjonell fridom. Den som allikevel føler seg urettmessig rammet oppfordres til å ta kontakt med redaksjonen. Pressens Faglige Utvalg, PFU, behandler klager mot pressen.

PFUs adresse er Rådhusgt. 17,
Postboks 46 Sentrum, 0101 Oslo.
Tlf +47 22 40 50 40



Leder
Klesavfall 06

< Fokus > **08** Drivhuseffekten

Grønne tips **14**

16 Labkjøtt:
Er det framtida?

Klimakamp på kjøkkenet **20**

24 Landsmøte
Framtiden i våre hender

Arne Næss – enkle midler **26**

28 Bruktklærnes lange reise

Matglede
Yngve Ekern **30**

36 Stifinner
Gratisleder

Sluttreplikken
Anja Bakken Riise **38**

NORTHERN
PLAYGROUND

BRUK OG KAST

Hva skal til for at du tar vare på klærne dine, vedlikeholder dem og sist, men ikke minst; hva skal til for at du reparerer og bruker plaggene enda lengre når de har blitt slitt eller ødelagt?

Helt ærlig, vet vi ikke, men vi prøver desperat å finne et svar på dette spørsmålet og bli kvitt bruk-og-kast-mentaliteten.

For det vi vet er at ingen klær er bærekraftige. Ikke våre heller. Når klesprodusenter kaller plagg bærekraftige har de typisk klart å redusere fotavtrykket med 5%. Med det lurer de deg kanskje til å kjøpe enda flere plagg. Da hjelper 5% ingenting.

Det som faktisk hjelper er om du bruker klærne dine dobbelt så lenge. Da reduserer du avtrykket ditt med nesten 50%.

Så la oss omfavne friheten av å eie mindre. Når du trenger noe, kjøp kvalitetsplagg som varer og som du elsker og bruker (minst) dobbelt så lenge.

BUY LESS. PLAY MORE.



Bidragsytere



Matglede
Yngve Ekern
yngveekern@gmail.com



Fotograf
Åsta Skjervøy
asta@framtiden.no



Art Director
Jørgen Høj Hejbøl
jorgen.hoj@otw.dk



Stifinner
Trond Wormstrand
trond@framtiden.no



Din grønne hverdag
Nini Hæggernes
nini@mojomagasinet.no

«Business i alle ledd»

En fredag i november stoppet myndighetene i Skåne en trailer på vei fra Norge til Polen. Traileren var fylt med tekstiler fra innsamlingsboksene til Norsk Luthersk Misjonssamband (NLM) i Kristiansand.

I lasten fant myndighetene også et flagg, en kleshenger og noen ledninger. «Her burde vi sortert bedre», sier daglig leder Bent Udnesseter i NLM Miljø til Avfallsbransjen.no, «for dette kan vi ikke oppleve igjen».

Problemet var at svenske myndigheter mente lasten inneholdt meldepliktig avfall. Slik avfall må rapporteres til Miljødirektoratet. Vi har strenge regler på eksport av usortert avfall. Bruktklær kan eksporteres ut av landet som «grønnlistet avfall». Men da må klærne være rene og sorterte avfallsfraksjoner som er klare til gjenvinning.

Traileren ble sendt tilbake. NLM Miljø skal sortere og laste eksporten på nytt.

I saken får vi også et innblikk i hvordan bruktklær blir sortert i Norge. «Vi gjør en kontroll av sekkene gjennom å klemme på dem og fjerne ting som åpenbart ikke skal være der», forteller Udnesseter. Gjennom vårt arbeid med tekstilavfall kjenner Framtiden i våre hender til denne måten å sortere på. Skjønt, «sortere» nok ikke er det rette ordet. Spørsmålet er om Miljødirektoratet og innsamlerne har kontroll på avfallseksporten i Norge. Eller hva myndighetene egentlig vil at vi skal legge i boksene, og hva de vil at innsamlerne skal gjøre med alt sammen. Hvert år eksporteres over 30.000 tonn tekstiler fra gjenbruksboksene.

I EU har man begynt å se nærmere på avfallseksporten. EU-kommisjonens utredningsorgan slår fast at over halvparten av tekstilavfallet ut av Europa er usortert.

Skal et OECD-land eksportere usortert avfall til et land utenfor OECD, må man ha en egen

avfallsavtale. Det finnes ikke her. Stemmer opplysningene fra EU, blir regelverket brutt i øst og i vest.

Resultatet ser vi i bildene fra Kenya (s. 20). Svenske Aftonbladet publiserte enda mer sjokkerende bilder fra Ghana i vinter. Bildene skaper store problemer for innsamlerne.

En av årsakene til problemene er økningen av klesforbruket i Norge. Systemene som er etablert for internasjonal handel med bruktklær er laget i en tid med mindre klesforbruk. I Norge er klesforbruket doblet de siste 15 årene. Samtidig stuper både kvaliteten og brukstiden. Nå lages to av tre plagg av plast. Innsamlerne strever med å sannsynliggjøre at denne utviklingen ikke skaper et avfallsproblem.

Kleskjedene og innsamlerne ser dessuten ut til å leve i et gjensidig avhengighetsforhold. KappAhl samarbeider med Fretex om å ta imot brukte klær i sine butikker. For hver pose får du en verdisjekk på 50 kroner. Den kan du bruke på nye klær.

Hvis du handler over 300 kroner innen tre måneder, vel og merke.

Da Framtiden i våre hender var en del av utvalget som skulle foreslå politiske løsninger på avfallsproblemene, foreslo vi at ansvaret for solgte klær skulle strekke seg ut av Norge. Det stemte Fretex mot. Sammen med klesindustrien.

Vi har fått en ny problembeskrivelse, og med den følger nye løsninger (s. 36). I 2016 slo en utredning fra Nordisk Råd fast at tekstileksporten ut av Europa hadde store miljøgevinster. Å ikke tenke på bruktklær som veldedighet, men «business i alle ledd» som bruktklærseiler Janet Kyerewaa fra Ghana sier (s. 21), er en omstilling for alle som står med et plagg i hånda. Noen innsamlere har bedre kontroll enn andre (s. 22). Målet er likevel det samme som før. Vi skal vite helt sikkert at vårt klesforbruk ikke gjør skade verken på mennesker eller miljø.

LES MER
side 20

Innsamlerne strever med å sannsynliggjøre at utviklingen ikke skaper et avfallsproblem.



Tekst
Petter Slaatrem Titland
Presseansvarlig

Klærne våre

UBEHANDLET ULL PÅ ØNSKELISTEN I ÅR?

VI HAR GJORT DET ENKELT FOR DEG Å
VELGE TRYGT OG MILJØVENNLIG*



NØSTEBARN

www.nostebarn.no

*All vår ull er GOTS-sertifisert. Det betyr omtanke for mennesker, dyr og miljø i alle ledd, og at klærne er fri for alle stoffer som kan være skadelige.

Inspirasjon til årets ønskeliste:
Se vår julekatalog med
gavetips til deg og de små



Drivhus- effekten



Hvor lenge tør Bama og Coop å love oss ferske grønnsaker året rundt?



Foto
Åsta Skjervøy
Åsta er prosjektleder for hverdagsmiljø i Framtiden i våre hender. Hun er utdannet fotograf.



Tekst
Petter Slaatrem Titland er presseansvarlig i Framtiden i våre hender.

Forblåst og knusktørt. Der det er planter, er de like hvite som støvet på bakken. Med vindkast på seksten meter i sekundet strever fotografen med å komme seg ut av bilen. Hun skal fram til utkikkspunktet noen meter bortenfor.

Fjellene i Sierra Nevada er kulisen i det fjerne. Her laget Sergio Leone de berømte spaghetti-westernfilmene med Clint Eastwood i hovedrollen. Du nærmest forventer at høyballer skal komme trillende med vinden, mens sandkornene pisker ditt furete ansikt. Naturlandskapet i Almería i Sør i Spania ser nådeløst ut. Særlig for en jordbruker.

Forestillingene fra westerfilmen slutter her. Jeg ser ingen stille bål plass med en fortøyd hest på slettene. Jeg ser bare drivhus. Drivhus, på drivhus, på drivhus. Kulturlandskapet forteller historien om optimalisering og vekst. Det er her

Jeg ser bare drivhus. Drivhus, på drivhus, på drivhus.

Kulturlandskapet forteller historien om optimalisering og vekst.

Det er her tomatene dine kommer fra



tomatene dine kommer fra. Almería selger seg som Europas grønnsakshage. 395.000 tonn tomater ble sendt ut av den vesle provinsen i fjorårssesongen.

Norske importører har også en andel i Almería. Hvert år kjøper Bama, Coop og de andre leverandørene 660 tonn frukt og grønt fra Spania til Norge. I tillegg kommer paprika, agurk, squash og mye mer. 22 prosent av de importerte grønnsakene våre kommer herfra.

Grønnsaksekspporten fra Almería er ikke en liten bedrift i et landområde som er fastlandseuropas tørreste.

Sparing og forbruk

Mangelen på vann har ikke hindret politikere å prioritere drivhusindustrien hardt i over 50 år. Planen ble først til under General Franco og var sortert under *Instituto Nacional de Colonización*, som assosiasjonene

til tross, ikke annet enn det spanske navnet for landbruksdepartementet. Likevel er det helt riktig å si at Almería ble kolonisert av drivhus. Da «The Good, the Bad and the Ugly» kom ut 1966 var det tre hektar drivhus her. Ti år senere var det 5000 hektar. Deretter doblet arealet seg både på 80- og 90-tallet. I dag dekker drivhusene over 32.000 hektar. Det er fire ganger så stort som hele Stavanger.

Satsingen på drivhus førte til en grønnsaksindustri med en kompleksitet bare landbruket klarer å levere. Noe bra, noe dårlig og noe rett ut stygt.

Vi får ly i et drivhus. Her blir vi servert et sympatisk eksempel på drivhusindustrien i Almería, og dette vet vi, for vi er invitert hit av den regionale bedriftsforeningen for landbruket.

Det er varmt, vindstille og fuktig. Selv om frodig nok ikke er rette ordet, er det i hvertfall grønt. Sytti rader med cherrytomater på hver side av midtgangen.

– Jeg er født her i drivhusene. Min far startet med tomater i drivhus for femti år siden, sier Emilio Castillo.

– En av pionerene, skyter Jan von der Blom inn.

Van der Blom er produsentforeningens mann. Biologen med det kledelige navnet kom til Sør-Spania for 30 år siden for å fremme humlebefrukning i drivhusproduksjonen. Castillo er drivhusbonden. Smilerynkene stråler fra øynene til 46 år gamle Castillo. Kjekk som en skuespiller, stødig som en bonde. Den mørkeblå trøya sitter som et skudd.

Cherrytomatene ble plantet i juni. I løpet av høsten og vinteren blir plantene høstet og holdt ved like av både arbeidshender og naturressuser. Selv om Castillo kler rollen som industriens positive ansikt utad, er han rask med å fortelle hva drivhusbøndene strever med i Almería-provinsen: tilgang på vann og tilgang på arbeidskraft.

Historien om arbeidskraften må vente (se boks). Vannet tar vi

I dag dekker drivhusene over 32.000 hektar. Det er fire ganger så stort som Stavanger.



med det samme. Grunnvannet er ødelagt i kommunen Castillo dyrker cherrytomater. Det finnes nesten ikke ferskvann under bakken her. Når ferskvannet forsvinner, siger saltvannet fra havet inn i grunnene. Overforbruket i kommunen er på slående 250 prosent, i følge det spanske miljødepartementet. For

at ferskvannet under bakken skal være en fornybar ressurs, må det få muligheten til å fylle seg opp. Siden 1960-tallet har landbruket støttet seg på grunnvannet. Naturen har ikke klart å regenerere seg selv. Nå holder vannressursene på å kollapse under vekten av frukten og grønnsakene spanjolene dyrker for Europa.

Over 40 prosent av grunnvannreservene i Spania er truet av overforbruk, viser en gjennomgang som Greenpeace Spania publiserte i oktober. Med redusert nedbør, minimalt overflatevann og mindre snø i fjellene blir problemet enda større sør i Spania.

– Tidligere fikk vi vann fra områdene rundt, men det tok slutt. Det er klart jeg er bekymret, sier Castillo.

Produsentforeningens mann, Jan von der Blom, vil snakke om effektivisering når vannspørsmålet dukker



► opp. I drivhus er produktiviteten per kvadrater høyere enn i noe annet landbruk. Såkalt dryppvanning minsker behovet for vann. 99,9 prosent av drivhusene har moderne vannings-teknologi. Bøndene kan investere i en enda bedre vannings-teknologi også, forteller han; et vannings-system som fordeler dryppene likt over hele raden, selv om bakken heller litt mot en side.

- Vi mener det er mulig å spare 15-20 prosent vann ved å ta i bruk ny teknologi. Det er dyrere, men du kan spare vann. Justering av vannforbruket gjennom hele dagen bidrar også til mer effektivt forbruk.

- Men du trenger disiplin for å gjøre det, han til.

Emilio Castillo viser oss appen han bruker for å kontrollere vannin-gen. Fra den vanner han tomatene syv ganger om dagen, i opptil seks minutter hver gang.

- Nå har bladene nettopp blitt klippet, så da vanner jeg bare i to minutter, sier han.

Før vi går ut, får vi smake på tomatene. Umiskjennelig like tomatene på Coop'en hjemme. Ekstra godt rett fra planten, selvsagt. Den søte smaken som minner deg på at tomaten faktisk er et bær.

"Det er klart jeg er bekymret", sier drivhusbonde Emilio Castillo om vannsituasjonen i Almería. Her viser han oss vannbassenget bak drivhuset. Plastballene skal både forhindre fordamping og stanse oppblomstring av alger.

◀ Fokus ▶

Siden 1960-tallet har landbruket støttet seg på grunnvannet.

Naturen har ikke klart å regenerere seg selv. Nå holder

vannressursene på å kollapse under vekten av frukten og

grønnsakene spanjolene dyrker for Europa.

Vannfabrikken

Fotografen er på vei tilbake til bilen, men før vi drar, vil Emilio Castillo vise oss bassenget. Et basseng, her? Ja, vanningsbassenget, hvor tomatene henter sine styrkedråper. Jeg klarer å tilkalle fotografen i tide, og vi smetter rundt et hjørne og bak en port. Landskapet åpner seg opp på nytt. Fjellene er tilbake som kulisse. Rørsystemet er synlig ut og inn fra bassenget. Fra horisonten blir det transportert nedbør og smeltet snø fra Sierra Nevada, «nesten en tredjedel av vannet», vil von der Blom legge til. Strømmen i selve anlegget på drivhusgården kjører Castillo fra et solcellepanel på taket. En liten andel av vannet i Almería kommer også fra rensede husholdningsvann. En voksende andel kommer fra et såkalt desalineringsverk noen kilometer unna. Avsaltet sjøvann blir transportert derfra til drivhusbønder i rør. Til slutt trenger Castillo tusenvis av plastballer flytende på vannskorpa i bassenget. Slik bremses han fordampingen.

Emilio Castillo trenger et puslespill av vannkilder og teknikker for å holde koken i drivhuset. Han møter knappheten med oppbretta armer. «Vi kan ikke kontrollere klimaet», sier Castillo, men han ser ut til å prøve så godt han kan.

På vei ut fra drivhusområdet stanser vi på nytt ved utkikkspunktet. I enden ligger havet. Der ligger også desalineringsverket, det anlegget som avsalter sjøvannet.

Vannverket går på kull. Importert trekull av uklar opprinnelse, ifølge den seneste inspeksjonen fra miljømyndighetene.

I 2018 erklærte Miljødepartementet i Spania slutten for kullutvinning





Javier Acedo jobber for en av Bamas leverandører av tomater, og snakker åpent om problemene i regionen. Her fra pakkeriet i Almería.



i landet. Flere kullkraftverk ble stengt de neste årene. Anlegget i Almería er et av fem anlegg som har fått et unntak. Desalineringsanlegget ligger i samme industriområde som kullkraftverket, og kullet gir energi til mer enn bare avsaltningen. Byen får også strøm derfra. Men avsalting er en energikrevende prosess. Transporten av vann går i et 120 kilometer stort rørsystem. Klart vannet blir dyrere for Emilio Castillo. CO₂-avtrykket stiger likeså. Avtrykket per kubikkmeter med vann er 4000 prosent høyere med denne strategien, enn med overflatevann.

Men så er heller ikke overflatevann et alternativ i en ørken.

Almería er for viderekommende. Grunnvannet er rasert, regn og snø blir det stadig mindre av, og saltvannet blir renset og transportert rundt med energi fra et kullkraftverk. Energiprisene gjør at vanntransport over lengre avstander innad i landet ikke lenger er holdbart.

Jeg må snakke med en forsker for å komme til hektene.

På en rosa kafe møter jeg Jaime Martínez Valderrama, ørkenforsker på det nasjonale forskningsinstituttet CSIS. Han snakker med så mange journalister at han ikke har tid til å møte meg i felt. Politikere lytter også til Martínez. Han har jevnlig kontakt med Tysklands ambassadør og en egen kommisjon i det tyske parlamentet, som tar vannsituasjonen i Spania svært alvorlig.

Vi løser et problem med teknologi, men så lager vi et par andre problemer på veien. Når vi snakker

om matsystemer, må vi starte i en helt annen ende. Du må ha mer enn teknologiske løsninger. Men denne innstillingen er vanskelig å forandre, sier Martínez.

Avsaltet vann er et godt eksempel. Hold deg fast nå: Vannet fra renseanlegget blir faktisk for rent. Plantene dør av vann som er helt uten salter og mineraler. Derfor må man blande det rensede vannet med saltvann av dårlig kvalitet. Derfor fortsetter man å pumpe opp grunnvannet i Almería, det grunnvannet som er ribbet for ferskvann og invadert av sjøvann fra havet. Blandingen er fin for tomatene i drivhuset.

Saltet som er renset i vannverket blir dumpet utenfor kysten. Over tid vil saltkonsentrasjonen i vannet gjøre at økosystemet under vann vil endre seg. Hvor skadelig det er, er forskerne uenig i. Men hold saltrestene unna fiskebestanden, er den klare beskjeden. Da bygger man enda et rør, noen kilometer ut i havet.

Å drive desalineringsanlegget på solceller er heller ingen god løsning. Enorme solcelleparker i ørkene vil også drepe dyrelivet der. Og gjett hva solcellepanelene trenger for å holde produksjonen oppe i vind og vær. De må vaskes med vann!

– Konkurransefortrinnet du har hatt med solmengdene forsvinner, sier Martínez. Frykten for klimaendringer gjør at det satses enda mer på kunstig vanning. Selv om forskere slår fast at Almería hadde hatt like store problemer med vannforsyningen, selv uten klimaendringer, fordi vannpolitikken er så dårlig.

Martínez mener det er helt andre planter som egner seg for landbruket i Almería. Frukt og grønnsaker som overlever på nedbørsvann, som oliven og dragefrukt. Planter til kostmetisk og medisinsk bruk.

Ikke minst må omfanget av drivhusproduksjon i hele Sør-Spania reduseres. Arealet må halveres, mener han. Det hjelper ikke at sektoren bruker hver dråpe vann. Fra forskningen vet vi at mer effektivisering faktisk øker faren for overforbruk, fordi man får fullmakt til å forbruke. Martínez frykter en økt satsing på desalineringsanlegg.

Barn av ørkenen

Hva så med den norske koblingen? Hos Bamas største produsent Agropioniente møter vi Javier Acedo, en ung mellomleder med et åpent sinn. Der Jan von der Blom og produsentforeningen var beskyttende for sin agenda, har Acedo en annen, forfriskende, strategi.

Her har vi bra forhold, og vi har dårlige forhold. Men er det dårlig, skal vi fikse det, sier Acedo.

Vannmangelen legger ikke en demper på innstillingen.

Vi er barn av ørkenen. Hvem tror du passer best på vannet, de som er vant med mye vann, eller de som er vant med lite? spør han. Forslaget om å redusere drivhusproduksjonen er virkelighetsfjern, mener Acedo.

Vi føler et ansvar her for å gi mat til folk. Almería er ikke bare en business. Vi forsyner Europa på vintertid. Til syvende og sist vil Tyskland, Frankrike og Norge ha grønnsaker og frukt på vinteren. Men det som er helt sikkert, er at vi ikke kommer til å tørre å ta vannet fra en ikke-bærekraftig kilde, slår han fast.

Bama og Coop kan neppe holdes ansvarlig for et lands vannpolitikk (se undersak). Likevel er det oppover i systemet pila peker når de ulike aktørene snakker om løsninger på problemet. Javier Acedo sier Bama stiller høye krav og følger dem tett, særlig hva gjelder kvaliteten på varene.

Ørkenforsker Jaime Martínez Valderrama har en klar beskjed til norske aktører.

Som jeg sa til tyske myndigheter: Dere må regulere forhandlings-



MAT OG ARBEIDSFORHOLD: FØLG MED VIDERE

På denne reisen har Framtiden i våre hender også undersøkt arbeidsforholdene i drivhusproduksjonen i Almería, ledet an av vår fagrådgiver for mat og leverandørkjeder, Emil Beddari. Vi samler nå mer dokumentasjon og analysere funnene våre. En egen rapport om arbeidet kommer i løpet av vinteren. >

Bama og Coop: - Klar over utfordringene

Norske importører følger den kritiske vannsituasjonen i Spania, forteller Bama i en e-post til Framtiden i våre hender.

«Vi er klar over utfordringene, derfor gjennomfører vi regelmessige besøk der vi ser på forhold knyttet til arbeidstakerrettigheter, kvalitet og miljøtiltak», skriver kommunikasjonsdirektør i Bama, Pia Gulbrandsen, at de stiller «tydelige krav til forsvarlig bruk av vannressurser og planlegging for effektivt bruk», blant annet gjennom årlige oppstartsmøter. Hun trekker fram moderne teknologi og dryppvanning.

Vivian Eide Jektvik er rådgiver for bærekraftige innkjøp i Coop. «Vi ser med bekymring på vannmangelen i Almería», skriver hun, og legger til at Coop «har alternative løsninger hvis problemene øker». For sine kunder sørvest i Spania, 50 mil fra Almería, har de etablert et samarbeidsprosjekt for vannbevaring. Eide Jektvik skriver også at Coop vil være med å utvikle andre sorter som trenger mindre vann.

På spørsmål om fremtiden for importen fra Almería, er Bama ved godt mot.

«Vi tror Almería vil fortsette å være et viktig produksjonsområde i lang tid fremover», skriver Gulbrandsen, men legger til at tilgangen vil være krevende i årene som kommer. Og mener leveranser fra andre steder som Marokko er positivt for det europeiske markedet. Andre land kan bidra til å avlaste området ved mankosituasjoner i Almería, forteller hun, samtidig som norskandelen på agurk og tomat øker.

➤ makten mellom bøndene og resten av leverandørkjeden. Rettferdige priser er løsningen. Hvis vi skal ha produkter som er miljøvennlige, må det koste mer. Kanskje skal ikke konsumentene betale for det, men distributørene må ta en litt mindre del av marginene.

I sin siste forskningsartikkel skriver Martínez om den onde spiralen bøndene befinner seg i. Han kaller det en tredemølle, fordi man løper og løper, men kommer ikke av flekken. Prispresset gjør at bønder må investere i ny teknologi for å kutte kostnader til arbeidskraft. Gjelden øker. For å få avkastning og betale gjeld, må bøndene øke volumet de produserer, og utvide driften. Faren for overproduksjon og matsvinn øker. I tillegg gjør må alle bønder gjøre det samme, for å holde tritt, og prisen synker igjen, som igjen øker presset på å produsere mer for å tjene penger.

Denne historien er forbløffende lik historien om landbruket i Norge.

Sammen med Javier Acedo går vi til pakkeriet, siste post før tomatene sendes til Norge. Tårn med tomatkasser, høyt under taket. Mekanikken slår fast at naturen er ferdig med sin del av jobben. Acedo finner fram sin favoritt.

Dette er raf-tomaten, den beste tomaten som finnes. Den har dere ikke i Norge! Den holder ikke fem dager i frakt, slår han fast.

Hele reisefølget lager rare godlyder når vi smaker på tomaten.

Meny selger raf-tomater fra november til mai, kan jeg lese på nett. «Spis i sesong» er rådet som ofte trumfer de mest oppslukende landbrukspolitiske hengemyrene. Er dette i sesong? Spørsmålet må henge i luften. I mellomtiden er det nok mat for tankene i alle ender av leverandørkjeden. ■

SUF Stavanger Urban Folkehøgskole

Sanke & plante

Programmering & utvikling

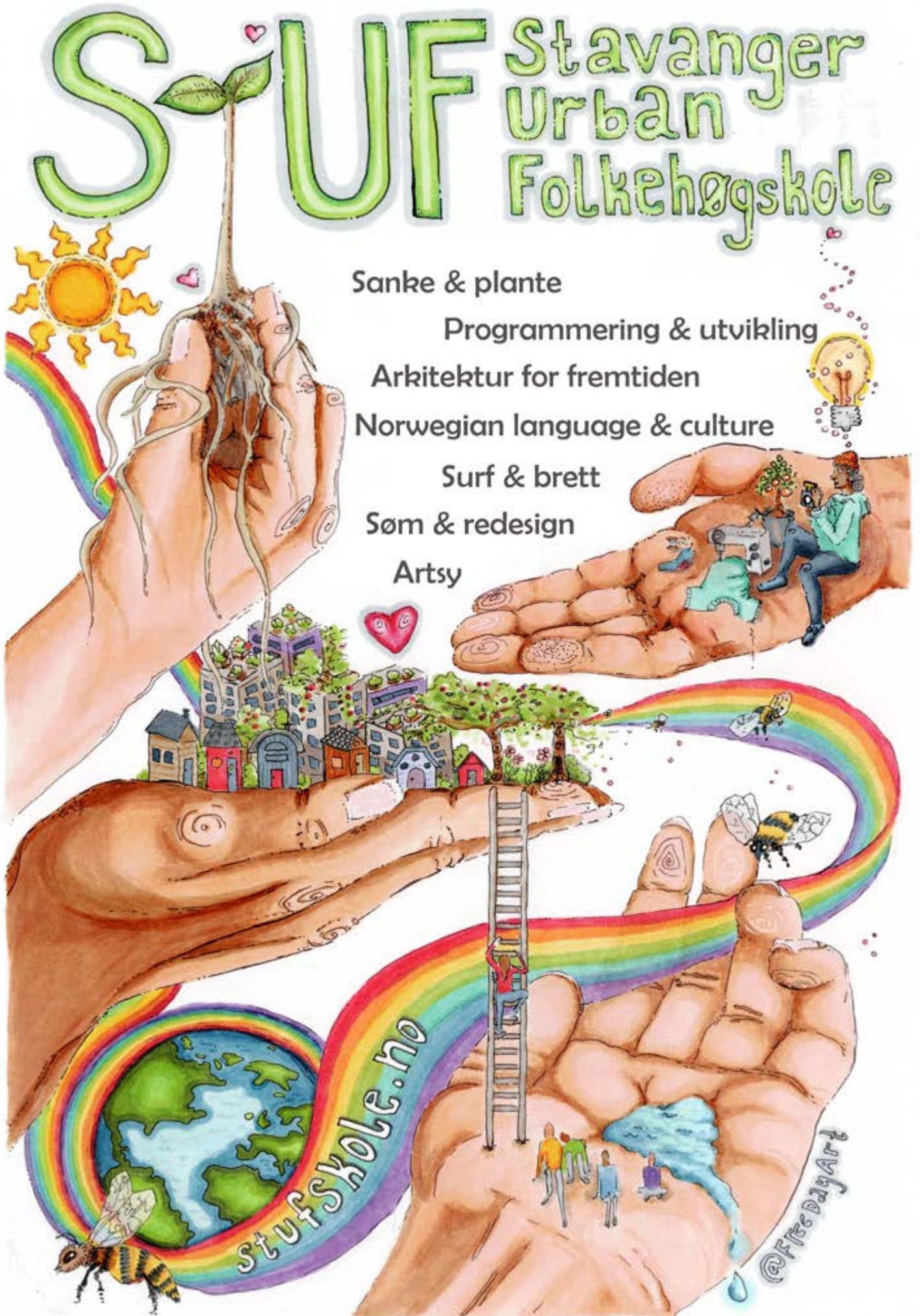
Arkitektur for fremtiden

Norwegian language & culture

Surf & brett

Søm & redesign

Artsy





Tekst

Nini Hæggernes

Nini jobber frilans med miljørådgivning. Hun grunnla miljømagasinet Mojo og er fast bidragsyter i flere aviser og magasiner. Fra oktober 2020 har hun vært nestleder i styret til Framtiden i våre hender.

tips



Miljøstatus i Norge

Vil du ha fakta om miljø og klima i Norge eller der du bor? Hvordan står det til med torskebestanden? Eller hvordan er det med klimagassutlippene? Vil du ha miljø- og klimarelatert fakta om Norge eller lokalt der du bor. Sjekk miljøstatus/miljodirektoratet.no.



Felles julekalender

La store og små i familien skrive lapper med gøy aktiviteter og spennende opplevelser. Det kan være småturer, spill eller aktiviteter som ellers skal skje i julen og trenger nødvendigvis ikke koste noe. Trekk en lapp hver dag og engasjer hele familien til å delta.



Spar energi

Energisparing er et viktig tiltak mot klimagassutslipp og inngrep i naturen. Erstatt tradisjonell oppvarming med en luftvarmepumpe. Det kan redusere energiforbruket til oppvarming med over 50 prosent. Slå også av varme i rom du ikke bruker.

Foto: Marco Veresh Flickr CC



Kjøttfrie juledager...

...og andre dager. Nordmenn spiste i 2022 litt over 1 kg kjøtt i uken. Det er to ganger mer enn det nye forslaget til kostråd på maksimum 350 gram rodt kjøtt per uke. I NNR2023- rapporten tas det hensyn til både helse og bærekraft. Spis mindre av bearbeidet kjøtt, svin, storfe og lam/sau. Bytt ut med mer linser, bønner, grønnsaker eller fisk. Et mer plantebasert kosthold er forbundet med lavere risiko for høyt blodtrykk, overvekt, diabetes, hjerte- og karsykdommer og kreft. Et mer plantebasert kosthold er også mer bærekraftig. Godt for helsen og godt for jorden vår.



Bruk grønnsaksavfallet

Ta vare på rester av grønnsaker og lag din egen grønnsakskraft. Frys ned rent skrell og avkapp av favorittgrønnsaker som gulrøtter, selleri, løk og sopp- og urtestilker i en boks, til du har nok til å lage litt kraft. Ha de frosne restene i en gryte og fyll med vann så det dekker grønnsakene. La det småkoke et par timer og sil fra grønnsakene. Kok kraften videre en times tid, så vannet fordamper og kraften får en fyldigere smak. Fryses ned i isterningsbrett. Brukes til å sette smak i supper og sauser.

Foto: Adobe Stock



Kaldt vaskeprogram

Et studie ved University of Leeds i England viser at en vask med kortere og kaldere program er bedre for klær og miljøet. De sammenlignet 30 minutters vask på 25 grader med en 85 minutters vask på 40 grader. Kort og kald vask ga minst fargetap, minst slitasje og færre mikrofibre havnet i vaskevannet. I tillegg gir det mindre energi- og vannforbruk. En rask vask i kaldt vann kan altså være tilstrekkelig, hvis tøyet ikke er veldig skittent. Vask på varmeprogram i ny og ne for å forebygge bakterier i vaskemaskinen.



Vokspapir til bevaring av mat

Vokspapir erstatter plastfilm, plastposer og aluminiumsfolie og er relativt enkelt å lage selv. Du trenger stoff i bomull, gjerne et gjenbrukt dynetrekk, kuttet opp i firkanter så de passer rundt den maten du skal pakke inn. Legg ut bomullsarket på bakepapir på et stekebrett. Er det for stort, brett det i to. Klipp bivoks eller plantebasert voks i små biter jevnt over stoffet. Smelt det ved 140 grader i ovnen i 5-10 minutter. Sørg for at voks dekker hele stoffet med et tynt lag når det smelter - ikke for mye. Heng til tork på en kleshenger. Når det er tørt er det klart til bruk. Norsk bivoks kan kjøpes i ark hos en birøkter eller helsekostbutikk. Etter bruk, skyll arket i kaldt vann med mild såpe. Smelt litt ny voks på arket når det blir slitt.

Fiks trege skuffer ved å gni stearinlysstumper på skliflatene



Dropp årets julegaver

Blir du med å dropper julegaver? Mindre stress, mindre forbruk og bedre for miljøet. Få med deg familien eller gi beskjed om at du ikke ønsker julegaver, eller kommer til å gi, til de over 18 år. Gi heller noen kroner til en god sak, til noen som trenger det eller skaff noe du eller dere trenger.

Tre ulike teknologier forsøker å gjøre hele verdens matproduksjon mer bærekraftig. Vil vi snart ha slaktet den siste kua?

Foto: Ivan Radic / Flickr / CC BY 2.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by/2.0/>)

Tigerbiff, løveburger & maskinmelk



Tekst
Sigurd Jorde,
utreder i
tankesmia
Manifest

Et lite amerikansk selskap, Primeval Foods, flesket i fjor til og lanserte biff av tiger, burger av løve og sushi av sebra, illustrert av en ferdig innpakket biff med tegning av en tiger. Produktene er foreløpig ikke til salgs, og selskapet skriver at de ikke forventer «suksess over natta». Men på nettsiden legger de raskt beskjedenheten til side og erklærer at "etter hvert vil våre produkter nå alle middagstallerkener i alle hjørner av kloden".

Det interessante her er egentlig ikke de eksotiske dyrene, men teknologien. Ingen tigre eller løver skal nemlig slaktes. Poenget er å «låne» celler fra dyrene og dyrke fram kjøtt-

tet i en ståltank. Vil vi snart kunne spise bærekraftig tigerbiff?

Mette alle

Verden står overfor flere store utfordringer for framtidens matvareproduksjon. Vi trenger nok næringsrik mat til en sulten og voksende befolkning, spesielt nok protein, men også fett. Men det er ikke nok; Vi trenger mer mat, uten å ødelegge regnskog til beite og uten klimautslipp fra milliarder kuer som raper metan. For stadig flere er det vesentlig at vi spiser oss mette, uten at dyr må lide eller slaktes. Ingen av problemene lar seg løse i en jafs, men noe er i ferd med å skje:

Tre ulike strategier er allerede i sving for å møte disse utfordringene.

- Den enkleste strategien finnes alt nå i butikken eller burgersjappa: Mer grønnsaker, og gjerne mer bønner og erter. Utvalg av vegetar-mat, både prosessert og ubehandla, har eksplodert de siste årene.
- En annen strategi, eller teknologi, er i ferd med å skyte i været: *presisjonsfermentering*. Prosessen handler om å lure gjærceller til å lage omtrent hva som helst, for eksempel store mengder proteiner og fett. Presisjonsfermentering er trolig større og har kommet lenger enn de fleste av oss er klar over. ➤

- Og så har vi den mest den omtalte tigerbiffen, altså *dyrket kjøtt*. Det er den mest spektakulære, men også mest umodne og usikre. Men likevel et godt utgangspunkt for en matprat om menyalternativene som er på vei.

Kjøtt uten slakt

På laboratoriet hos Nofima i Ås trekker overingeniør Nina Solberg opp et stativ fullt av et hundretalls små, kalde ampuller fra en tank med nitrogen. En liten ampulle med svært dyppfrostet kukjøtt holdes stolt fram. Dyrket fram i et laboratorium, og nå fryst ned til 192 kuldegrader. Frost-røyk og rim gjør det litt vanskelig å bli veldig imponert over innholdet. Mengden er beskjeden og ville ikke mettet noe stort. En tordivel kanskje.

Kjøtt er dessuten upresist. I ampullen finnes muskelceller, dyrket fram i laboratorium fra celler tatt fra en slakterbiff. Nedover i tanken ligger tilsvarende ampuller med muskelceller fra andre ymse dyr, kylling, rotter, mus og laks blant annet, alle dyrket fram på labben. I forskningen prioriterer de kuceller. Kylling hadde vært enklere, men klimagevinsten ved lage dyrket kjøtt fra ku er større.

– Teknologien er sånn at du tar ut en celle, og så kan det dele seg videre i labben. For at en celle skal bli til en muskel i kroppen, må cellene smeltes sammen til muskelfiber. Det må også skje i laboratoriet, forklarer seniorforsker Sissel Rønning.

For å dyrke kjøtt, starter man altså med noen levende muskelceller, tilbyr næringsstoffer, får de til å dele seg igjen og igjen, stimulerer cellene til å danne muskelfibre, og deretter vokse seg mange og lange nok til at du kan få nok til en burger eller to.

Små mengder

Nina Solberg og Sissel Rønning, som leder forskningen på dyrket kjøtt hos Nofima, har stor og smittende entusiasme for prosjektet. Den første delen av prosessen, å få cellene til å dele seg og formere seg, klarer de fint. Poenget med forskningen er å finne ut innsatsfaktorer og forhold som egner seg best. Utfordringen er å få cellene til å dele seg mer enn den naturlige syklusen på 40 delinger,



Nina Solberg er overingeniør hos Nofima viser fram dyppfrostede muskelceller hun har dyrket fram på laboratoriet.

slik at man kan få en mengde som kan mette.

Å kalle det kjøtt, er foreløpig en stor overdrivelse. Strukturen minner mer om «slush» enn en biff ifølge forskerne. Ikke smaker det noe heller. Muskelceller alene har ingen smak. Det er fett og blod i kjøttet som gir smak. Skal det bli noe som ligner vanlig kjøtt, må man dyrke fram også fettceller og blodårer med hemoglobin. Både i teori og praksis er det mulig: I Japan har forskere klart å 3D-printe en blanding av muskelceller, fett og blod. En biteliten kobe-biff, med andre ord. Som deretter ble stekt som en vanlig entrecote.

Ku eller kylling?

Men det er lenge til de to forskerne kan servere ekte hjemmelaget burger i kantina på Nofima. I Nederland klarte forskerne å lage en svindyr burger som nå er fortært. I Singapore finnes en restaurant som selger kyllingnuggets fra dyrket kjøtt. Kyllingceller vokser raskere enn kuceller. Ut over dette kjenner ikke Sissel Rønning til noen kommet langt nok til at man kan lage nok kjøtt til et helt måltid, og til en pris folk er villige til å betale.

Tross entusiasmen inne på laboratoriet, er Sissel Rønning egentlig ganske moderat i sine spådommer. Å skalere opp til å nå "hvert hjørne av kloden", slik entusiastene i Primeval Foods lover, vil være krevende. Hvordan skal man få cellene til å dele seg uendelig, så man får volum?

Hvordan og fra hvor skal man få nok næringsstoffer til celleveksten? Hvor mye energi vil produksjonen det kreve? For ikke å snakke om behovet for helse og hygiene: Et dyr har immunforsvar som dreper bakterier, men en ståltank med muskelceller har ikke immunforsvar. Får du en enkelt bakterie inn i tanken vil den slafse i seg kjøttavlingen på et blunk.

– Teknisk lar det seg gjøre å dyrke kjøtt. Men kan det gjøres så billig at det kan fø verdens, eller blir det et produkt for de rike, spør Rønning. – Man må være forsiktig med å introdusere noe som ikke er bra nok mat, næringsmessig for eksempel.

Men klarer de å løse utfordringene, ser Sissel Rønning flere positive sider dyrket kjøtt:

– Potensialet er jo å lage et sunnere kjøtt, som inneholder de gunstige aminosyrene blant annet plantene mangler, som inneholder flerumettet fett, og som kan smake godt. Det vil også kunne redusere vannforbruket, bruken av landareal og redusere antallet dyr. ■

Kilder

www.primevalfoods.co/

www.impossiblefoods.com/heme

www.solarfoods.com/

www.greenqueen.com.hk/nestle-perfect-day-precision-fermentation-whey/

www.rethinkx.com/food-and-agriculture



En jobb
der du gjør
en forskjell.



I Hydro vet vi at det er menneskene som gjør en forskjell. Derfor legger vi stor vekt på både profesjonell og personlig utvikling. På den måten bygger vi et fellesskap av kompetente og motiverte kolleger som bidrar til å løse utfordringene som vi og verden står overfor.

Vil du jobbe i et selskap som gjør verden mer bærekraftig?
Les mer og søk på hydro.com/careers



Industries that matter



Under 1% av bilens katalysator går til spille.

Det blir bare smuler igjen. Så å si alt av katalysatoren blir gjenvunnet.

Returbransjen har vært gjennom en revolusjon siden innføringen av vrakpanten i 1978. I dag oppnår vi en gjenvinningsgrad på 97,8% når vi gjenvinner norske vrakbiler. Nye utvinningsmetoder gjør at vi kan skille ut mikroskopiske mengder verdifulle metaller som platina, palladium og rhodium fra katalysatorene. Rhodium har en markedsverdi på rundt 5.000 kr grammet.

Alle materialene som gjenvinnes fra vrakbilene blir en del av sirkulærøkonomien. Vrakbilenes materialer er dermed en viktig råvarekilde for mange aktører. I 2022 ble 88,2% av materialene i norske vrakbiler gjenvunnet (inkludert ombruk og materialgjenvinning), en økning på hele 0,3%. Bilbransjens innsats har gjort returordningen lønnsom og verdifull for miljøet.

Når bilen vrakes er det ikke slutten - men starten på en ny historie



AUORETUR
Bilbransjens eget returselskap

Vår samarbeidspartner i Kenya, Changing Markets, kunne vise at 40 prosent av bruktklærne de mottar ender som søppel.

Bruktklær lange



Tekst:
**Petter Slaatrem
Titland** og
**Sindre Olav
Edland-Gryt**

Fotos:
Changing Markets/
Clean up Kenya



nes reise

Salg av bruktklær har lenge handlet om veldedighet. Hva om bruktklærne våre ender som avfall andre steder i verden?



«Alt kommer til nytte», skriver Fretex om bruktklær på sine nettsider. Vet vi at det stemmer?

Framtiden i våre hender ville finne ut hva som skjer med norske bruktklær. Vi festet sporingsbrikker på 14 klesplagg. Så leverte vi dem i innsamlingsbokser rundt om i landet for å finne ut hvor de blir av.

Et plagg havnet på en gjenbruksbutikk på Ulven i Oslo. Seks sporingsbrikker mister vi kontakt med. Sju av plaggene ble sendt til Øst-Europa, og så ut til å stoppe der.

Så ble det stille.

Tar over lokalsamfunn

I mellomtiden dukket det opp stadig flere rapporter og undersøkelser som viste skjebnen til bruktklær fra Europa til land på det afrikanske kontinentet. Vår samarbeidspartner i Kenya, Changing Markets, kunne vise at 40 prosent av bruktklærne de mottar ender som søppel.

Bildene fra Changing Markets, journalister og lokale aktivister var



Bruktklærselger
Isaac Mureithi åpner en pakke bruktklær på markedet i Nairobi, Kenya. Noen steder selger sorterte kollier med klær. Andre steder vet ikke selgerne hva de kjøper, før de åpner pakkene.

slående. Søppelhaugene fra Atacama-ørkene i Chile vekket oppsikt for to år siden. Nå var det en annen type forsøpling vi så.

Klessøppel dekket strender og elveleier. Avfallet var ikke dumpet et sted, men tok over hele lokalsamfunn.

«Ikke veldedighet men business i alle ledd»

I sommer møtte Framtiden i våre hender bruktmarkedsselgere på rundreise i Europa. En av dem var Janet Kyerewaa, som selger importerte bruktklær på Kantamantomarkedet i Ghana.

- Dette er ikke europeisk veldedighet til oss. Det er business i alle ledd. Det vi ikke selger, blir til søppel, fortalte Kyerewaa.

En voksende andel av klærne er laget av plast. Både forsøpling og forbrenning av klær gir farlige gasser som lokalbefolkningen puster inn.

- Jeg blir syk av denne jobben, sa Kyerewaa til Framtiden i våre hender.

Brukthandelselgere må ofte ta opp lån for å finansiere innkjøp av store partier klær. Innholdet i partiene vet de ikke før de har kjøpt dem. Selgerne forteller at kvaliteten er så dårlig, at det kreves timevis med sortering, reparering og vasking for at klærne skal ha noen som helst verdi lokalt.

I 2021 ble 900 millioner plagg sendt til Kenya, ifølge Changing Markets. Fra Norge eksporterer vi rundt 30.000 tonn brukte klær i året. Basert på gjennomsnittsvekt for





videre klærne han ikke fikk solgt til andre.

I Nairobi fikk vi hjelp av Bet-terman Simidi Musasia fra organisasjonen Clean Up Kenya til å lete etter skjørtet. Signalet fra skjørtet forsvant kort tid etter den sendte signaler fra en gateadresse i bykjernen. Til TV2 hadde Musasia følgende råd til nordmenns klesbruk:

– Det er bra at du forsøker å forlenge levetiden til et klesplagg. Men du må være nøye på hva du donerer av klær. De må være i god stand. Vi ser at europeere legger alt mulig i boksene. De som mottar klærne har all interesse av å tjene penger, så de sorterer ikke skikkelig. Vi må forandre hvordan klær sorteres, sier Musasia.

Framtiden i våre hender kan ikke slå fast at noen av plaggene havnet på søppeldynga. Spørsmålet er likevel om innsamlerne i tiden som kommer må tydeligere på at bruktklær skaper et avfallsproblem, slik den internasjonale handelen med klær fungerer i dag.

Et år etter den lyseblå barnebuksa ble levert inn til UFFs innsamlingsboks i Oslo, er den fortsatt på reise. Fra havna i Istanbul reiste den til Karachi i Pakistan. Etter kort tid her mister den signalet. Fra havna i Istanbul reiste den til Karachi i Pakistan. Så drar den videre. 389 dager etter innlevering får vi et nytt signal. Buksa har kommet til Accra, Ghana.

Bendik Stenseth fra UFF mener det har skjedd en feil i det plagget forlater Pakistan og drar til Ghana.

"Vi sender ikke direkte til Ghana, men vi skal sjekke igjennom våre rutiner og gå nøye igjennom med våre partnere for å undersøke hva som eventuelt kan ha skjedd her. Vi har retningslinjer i vårt arbeid og dette vil i så fall være direkte i strid med våre rutiner", skriver han til Framtiden i våre hender. ■

► ulike plagg betyr det at 124 millioner plagg går ut av Norge hvert år. Det er ni plagg i sekundet.

I følge EU-kommisjonens utredningsorgan Joint Reseach Center, er halvparten av eksporten av klær og tekstil usortert når det forlater Europa.

Reisevei på 16500 kilometer

Etter noen måneder begynte plaggene å bevege på seg. Skjørtet fra Bik-Bok som vi leverte i en boks fra Kirkens Bymisjon. Etter en reisevei på 16 500 kilometer havnet skjørtet på Gikomba-markedet i Nairobi, Kenya.

En svart genser endte vi leverte i en Røde Kors-boks endte opp i Conakry, Guinea. En olajakke for barn dro til Sana'a i Yemen. Et fjerde plagg var på havna i Istanbul.

Sporingsbrikkene sender signal til nærmeste mobiltelefon med blåttannfunksjonen skrudd på. Plagget kan dermed være i 80 meter radius fra der signalet kommer fra.

Behov for bedre sortering

Før signalet forsvant, rakk vi å snakke med brukthandlere i kystbyen Conakry i Guinea.

Muhammed Chez fortalte at han kjøpte inn bruktklær, og solgte



Et av fjorten plagg på vei ut av Norge. Ingen har enda tatt kontakt via nummeret på sporingsbrikken. Etter et år på reise endte denne buksa i Ghana, og er fortsatt i bevegelse når magasinet går i trykken.

- Dette er ikke europeisk veldedighet til oss. Det er business i alle ledd. Det vi ikke selger, blir til søppel, Janet Kyerewaa, bruktmarkedsgjere Ghana.

Våre løsninger

Framtiden i våre hender overleverte nettopp en rapport til regjeringen om tekstilavfall. Klesindustrien, innsamlerne og avfallsaktører var også med i utvalget som skrev rapporten. Her lister utvalget opp en lang rekke tiltak for å redusere overforbruk av klær i Norge, og avfallet som følger med. Regjeringen skal lage en egen ordning for dette i tiden som kommer. Ordningen vil gi produsenter et større ansvar for klær og tekstiler etter varene har forlatt butikken. Flertallet i utvalget slår fast at målet må være å redusere mengden med klær på det norske markedet. Vi forventer at tiltakene fra regjeringen gjenspeiler målet om mindre volum.



Innsamlerne:

«Vi vet endel»

Framtiden i våre hender spurte innsamlerne om de vet hva som skjer med plaggene etter de blir eksportert ut av Europa.

"Vi vet en del", skriver Kristin Voll, daglig leder i Røde Kors Tøy og tekstil AS, og nevner blant annet kunnskap om hvor stor andel av plaggene som blir i Europa, og hvor stor andel som blir sortert og solgt til kunder i afrikanske land. Røde Kors får også oversikt over hvilke land plaggene selges til, og Røde Kors spør om informasjon om kunder i enkelte land og regioner. "Derfor kjenner vi identiteten til de aktørene som høyst sannsynlig har hatt de plaggene dere sporet fra våre innsamlingsbokser i sitt eie", skriver Voll.

Fretex forteller at ti prosent av eksporten er finsortert, og selges til tre kunder i Nord-Irak, Pakistan og Dubai. 90 prosent selges til sorteringsanlegget i Polen og Baltikum. Kirkens Bymisjon bruker Fretex' kanaler for sine brukte klær.

"Vi har ikke stilt krav til kundene om at de ikke får lov å selge plagg fra oss ut

av EU, eller selge plagg videre til noen som gjør dette. Men vi har krav om at varene skal sorteres skikkelig først, og hvilke varer som kan eksporteres. Dette er for å unngå at det eksporteres avfall over EU sine grenser", skriver kommunikasjonsjef Trine Gjermundbo til Framtiden i våre hender. Fretex stiller krav om åpenhet i hele verdikjeden, slår hun fast. Klærne skal heller ikke være avfall, og passe til markedet det selges til.

"Det er viktig for oss å få frem at det ikke er slik at klær eksporteres direkte fra klesinnsamling i Norge til et ikke OECD-land. Men det kan være hele klær som etter sortering videreselges til et ikke OECD land", skriver Gjermundbo, og forteller at Fretex har årlige besøk av leverandører både i og utenfor Europa.

"Vi jobber både med å få mer innsikt i vareflyten og å systematisere den kunnskapen vi allerede har. Målet er mest mulig sporbar flyt av varer slik at vi kan fortsette å bidra til de positive effektene av gjenbruk av klær mens vi

minimerer risikoen for negative effekter på mennesker og miljø", skriver Kristin Voll fra Røde Kors.

Bendik Stenseth er Development & Expansion Manager i UFF Second Hand & Vintage. Han skriver at tøyet UFF sender ut av Europa er sortert og går kun til marked hvor det er etterspørsel. "Alt som er avfall blir behandlet lokalt i landene de sorteres i, i Europa. Vi sender kun klær til marked hvor det allerede er klart at klærne er ønskelige. Med andre ord ja vi vet hvor klærne ender opp, også utenfor Europa", skriver han.

Stenseth forteller om gode rutiner på hvordan klær blir solgt og brukt i landene de ender opp i. "Som et punkt så må jeg presisere at det gir liten mening i å snakke om tekstilavfallsdumping i Afrika eller Pakistan sånn vi ser det og i hvert fall for våres del. Alt av tekstilene som går ut av Europa har en verdi, hvorfor skulle vi kaste bort noe som har en verdi? Det gir lite mening", avslutter han. ■

«Vi har sannsynligvis vært den viktigste stemmen i kampen mot overforbruket i Norge, de siste femti årene.»

Anja Bakken Riise, leder i Framtiden i våre hender.

Tidenes medlemsrekord

Landsmøtet feiret med ny medlemsrekord. Delegationene på årets landsmøte har nå 45.000 medlemmer i ryggen. Les Anja Bakken Riises budskap til organisasjonen.

Om noen måneder - den 25. april 2024 - fyller Framtiden i våre hender femti år, sa leder Anja Bakken Riise i sin tale til landsmøtet. Det er mye å være stolt av, mente Bakken Riise.

Store politiske gjennomslag

Vi kan se tilbake på store og betydningsfulle politiske gjennomslag, understreket hun.

Vi tok kampen for etiske retningslinjer for Oljefondet. Fikk norske sparepenger ut av kull. Åpenhetsloven er et annet høydepunkt hvor vi spilte en viktig rolle.

Vi har også på ulikt vis, vært med på å bevisstgjøre tusenvis av nordmenn om konsekvensene fra vår levemåte, og hvordan vi bør gjøre ting annerledes, ifølge Anja Bakken Riise.

En sterkere organisasjon

Noe av det jeg er veldig stolt av fra de siste årene, er satsingen på å bygge en sterkere organisasjon rundt om i landet, understreket Fivh-lederen.

I 2014 opprettet vi en selvstendig region i Tromsø - nå skal FIVH Nord innlemmes i den nasjonale organisasjonen, og når det skjer har vi hele tre regionkontor -i Tromsø, i Trondheim og på Lillehammer, sa Bakken Riise.

En rød tråd gjennom 50 år

Et enstemmig landsmøte vedtok at den store jubileumskampsaken neste år skal vær «Kampen mot overforbruket». Med det, har vi en god rød tråd fra Framtiden i våre henders begynnelse - samtidig som vi ser fremover, fremhevet Anja Bakken Riise i talen sin.

Vi skal få tegnet opp hvordan livene våre kan leves - vi skal få noen fremtidsbilder, som forhåpentligvis kan inspirere, lyse opp og vise vei. Jeg tror det er noe mange trenger. Håp. Noe som viser at det går an.

Selv om mye er mørkt om dagen, mye går feil vei - så ser jeg også glimt av lys.

Vi har fått folk flest med oss på at vi må stanse overproduksjonen av klær, og stanse søppeldumping av våre gamle klær i fattige land.

Flere kommuner drar i nødbremsen på en sinnsyk hytteutbygging.

Regjeringen ser at de sparer både natur og penger på å kutte ned på veiutbyggingen.

Partier fra ytre venstre til høyre snakker om at vi må stanse overforbruket.

Vi har vært sannsynligvis vært den viktigste stemmen i kampen mot overforbruket i Norge, de siste femti årene, fremhevet lederen i Framtiden i våre hender.

Frir til bøndene

Vi skal også løfte opp grønn matomstilling som en av våre to kampsaker for neste år, framhold lederen for Framtiden i våre hender i talen sin.

Leder for Framtiden i våre hender, Anja Bakken Riise på talerstolen under organisasjonens landsmøte i Drammen i oktober.

Rådgiver i Framtiden i våre hender Hanne Gustavsen presenterer den nye rapporten om klimaulikhet i Norge.

I talen til landsmøtet pekte også Anja Bakken Riise at i løpet av årene hun har levd, har vi gått fra å ha rundt 100.000 til under 40.000 gårdsbruk i Norge.

Særlig de små og mellomstore brukene blir det færre av. De som driver såkalt effektiv drift, med import av billig korn og fôr til husdyrene, med soya som får dyrene til å vokse raskt og produsere mest mulig melk, som bygger nye store fjøs, eller som produserer mest mulig jordbær og grønnsaker med plantevernmidler for å holde insekter og sopp unna – de får mest støtte.

De små brukene, de som har noen få dyr, driver med en allsidig drift, bruker det norske ressursgrunnlaget i størst grad istedenfor importert fôr – de som gjerne driver mest mulig bærekraftig – de er taperne i dagens tildelinger fra staten, mente hun.

Det vi trenger er et jordbruk som bruker norske areal best mulig. Der mest mulig av den gode jorda går til grønnsaker, korn og frukt som skal gå rett til mennesker. Der vi skal ha mindre, men bedre kjøtt, fra dyr som benytter seg av det norske ressursgrunnlaget – ikke andre lands råvarer. Der maten spises opp i stedet for å gå i søpla. Der alle har råd til sunn og god mat, og bonden en lønn å leve av. Der offentlige myndigheter støtter opp om sunn, bærekraftig norsk mat, gjennom å kjøpe den og servere den på norske institusjoner. Der vi øker andelen økologisk mat, fra dagens situasjon. Under fem prosent av maten som dyrkes i Norge er økologisk, ifølge Bakken Riise.

Viktig alliansebygging

Min påstand er: Vi klarer ikke å løse kampen om grønn matomstilling alene. Vi er avhengige av å bygge gode, sterke allianser. Fivh-leder Anja Bakken Riise nevnte den vellykkede kampen om et oljefritt Lofoten, Vesterålen og Senja, og den sterke alliansen mellom fiskere og miljøvernere som et godt eksempel på en positiv alliansebygging i norsk miljøkamp.

Kan vi finne sammen med bøndene? Vise at de ikke står alene, og at vi sammen kan gi bonden og matproduksjonen den plassen den fortjener i samfunnet vår? Kanskje kan vi lære noe her, fra Folkeaksjonen for Lofoten Vesterålen og Senja? sa Anja Bakken Riise. ■



Ifølge FNs klimapanel kan forbruksendringer bidra til å kutte globale utslipp med ytterligere 40-70 prosent sammenlignet med dagens politikk.

Leder Anja Bakken Riise og styreleder Håvard B. Øvregård følger debatten i landsmøtetsalen.



Kamp mot klimaulikhet!

Vinduet for å nå de globale klimamålene er i ferd med å lukkes. Verdens klimagassutslipp må halveres i løpet av de neste syv årene. Da må vi anerkjenne at de som har størst utslipp, også har størst potensial for utslippskutt. Dette gjelder land så vel som husholdninger.

Om de 20 prosent rikeste husholdningene i Norge reduserer sine utslipp til samme nivå som resten av befolkningen, vil dette redusere Norges klimaavtrykk med hele 19 prosent.¹ Om derimot de 20 prosent fattigste husholdningene halverer sitt avtrykk, vil norske utslipp kun gå ned med fire prosent.

Når de med høyest utslipp må bidra mer, vil klimapolitikken oppfattes som mer rettferdig. FNs klimapanel peker på at opplevd rettferdighet er en av de viktigste faktorene som påvirker hvorvidt folk er villige til å støtte konkrete politiske virkemidler eller ikke.

Ifølge FNs klimapanel kan forbruksendringer bidra til å kutte globale utslipp med ytterligere 40-70 prosent sammenlignet med dagens politikk. Særlig rike land har stort potensial for å redusere utslipp raskt, ved å kutte forbruk som ikke er nødvendig for å leve gode liv. Mange mennesker i lavinntektsland har derimot behov for å øke forbruket sitt for å kunne oppfylle sine grunnleggende behov.


Å redusere klimaulikhet er solidaritet i praksis. I dag blir forskjeller i inntekt og utslipp i liten grad vektlagt i utformingen i klimapolitiske virkemidler i Norge. Når vi skal lykkes med raske og store utslippskutt må overforbruket ned blant de som tjener best og forbruker mest. Da må politikerne tilpasse virkemidlene.

Framtiden i våre hender krever at regjeringen:

- Utvikler kunnskapsgrunnlaget om klimaulikhet i Norge. De mest klimautslippsintensive forbruksvarene og tjenestene med vesentlig omsetning bør kartlegges, samt hvordan forbruket av disse er fordelt mellom ulike inntektsgrupper.
- Innfører et eget klimamål for forbruket, for å støtte opp under Norges territoriale klimamål. Måloppnåelsen måles gjennom et forbruksbasert klimaregnskap som også tar innover seg utslipp som vårt forbruk skaper i andre land, og som synliggjør forskjeller mellom inntektsgrupper.
- Legger til rette for at det blir enklere å gjøre valg i hverdagen som kutter overforbruk og utslipp
- Foreslår hvordan man best kan begrense grovt utslippsintensive forbrukervarer og -tjenester.
- Sørger for at Norge bidrar med sin rettferdige andel av klimafinansiering til andre land.



Tekst og foto
Arne Storronningen



Arne Næss: Rikt liv, enkle midler

Fra Norges største bøkeskog i Larvik.

Er det mulig å leve et rikt liv med enkle midler? Dypøkolog Arne Næss setter oss på sporet i sin særegne sokratiske og lett kaotiske stil.

Til glede for nye og gamle lesere presenterer vi Arne Næss' ti punkter for et rikere liv. Næss var Framtiden i våre hendes første styreleder. Utdraget er hentet fra boka «Livsviktig: Arne Næss og dialogen», skrevet sammen med Henrik B. Tschudi. Takk til Flux forlag for å deling av teksten.

1. Den gode følelsen

Kjenn etter hva du faktisk føler. Har du med deg i livet et fond av gode basale følelser (som undring, sinnsro, skjønnhet, glede)? Hvor finner du egentlig tilgangen på disse følelsene? – Jeg kjenner følelsene som refleksjon av opplevelsen. Jeg får en impuls eller tanke som kanskje er borti veg-

gene, som ikke har noe med saken å gjøre, men det kan være kolossalt hva jeg opplever. Det kjennes som en følelse av uendelighet, av noe uendelig som åpner seg. Et nytt bilde, en ny innsikt, en ny forståelse. Du blir begeistret, du kan snakke flytende i en halv time om det du opplever.

2. Beslutninger

Trekker beslutningen i retning av de gode følelsene? – Førsteintrykkene rundt situasjonen er spontane, de er der kanskje bare en brøkdal av et sekund. La dem slippe til. La dem dreie i sin egen retning – før alt du har vennet deg til å tenke kommer og legger seg imellom.

3. Fremtidsplaner

Still spørsmål ved fremtidsplanene dine (reiser, jobber, anskaffelsesplaner). Styrker de en varig god følelse? – Forventninger om fremtiden kan være stengsel for et rikt liv. Foreldrene holder noe opp for barna, noe som skal skje til en annen tid, i fremtiden. Men opplevelsen skjer der hvor barnet er NU. Der må de oppmuntres. Ikke nedmuntres – med at det er først om en time eller om en uke at det skal skje noe morsomt.

4. Innkjøp

Still spørsmål ved hva du vil kjøpe. Kjenn på det. Ta deg god tid. Kjenn på det en gang til. – Tålmodighet. Det haster ikke. Må du eie dette?

5. Verdier

Kjenn etter hva som virkelig har betydning og virkelig betyr noe for deg. Kan det stemme at mye av det beste i livet er gratis?

– Når hadde du det best? Var det på en badestrand i Syden? Var det i den flunkende nye sportsbil. Hvor lenge varte det? Når jeg sitter ved vinduet på Tvergastein et par timer og ser en god del av Norge, kommer mine naturlige evner til rikdom frem. Etter hvert ser jeg mer og mer. Ser jeg på utsikten? Mmm... ja, i en viss forstand... men jeg ser så mye. Og det koster ingenting. Alle har den muligheten, uavhengig av hvor de er.

6. Intensitet

Rett oppmerksomheten inn i nærmiljøet, her og nå – inn til nærmeste kvadratmeter. Kan du øke intensiteten? Få en større dybde og rikdom i opplevelsen?

– Det er undringen som er drivkraften. Da ser du ting. Bitte små levende vesener. Eller vesener i såkalte døde ting – i en sten, en stubbe, i et dørhåndtak. En fireåring ser ting de voksne ikke ser, men det skal så lite til før det trækkes på. Går du inn i naturen, er det ubegrenset hva du kan se. Du kan bare åpne den døren der. Kan du finne noen få kvadratmeter uberørt natur? Så kan du bøye deg ned, helt ned. Se der! Det er ingenting. Ja men se! Det er ingenting. Så plutselig ser du!

7. Relasjoner

Flytt oppmerksomheten fra ting og personer til forhold og relasjoner. Kjenn på hva som foregår mellom deg og menneskene, mellom deg og tingene, mellom deg og omgivelsene.

– Mellom meg og denne gjenstanden. Mellom meg og dette mennesket. Hva gjør han nå? Hva er det hun gjør? Hun følger ikke helt med. Hva er det hun tenker på? Hva tenker du på? Jeg tenkte ikke på noe! Hva skal jeg tenke om det? Det er ikke sant! Du kommer i gang med å tenke. Hun tenker. Hva tenker hun på nå? Hva foregår mellom oss? Det går forttere enn når du snakker. Og det er rikere enn vi prøver å gjøre det til. Eller jeg ser to prikker eller flekker i gardinet bli til øyne, som så lener seg over til venstre og gir meg en følelse av hastighet og bevegelse, før de forsvinner. Se hvordan den store tykksaken i det gule mønstret plager det lille grønne vesenet der i gardinet! Det kommer til meg, bang! og plutselig

Kjenn etter hva som virkelig har betydd noe og virkelig betyr noe

for deg. Kan det stemme at mye av det beste i livet er gratis?

kommer en nese til syne. En form for utveksling, som bare fortsetter. Utrolig rikt. Og det går fort. Du tenker kanskje at inntrykkene er noe jeg skaper. Men jeg føler meg passiv og kan bare glede meg over alt jeg tar inn over meg. Opplevelsen er en form for aktivitet. Men det er ikke noe jeg får til. Det er noe som er der.

8. Tyngdepunkt

Kjenn etter om du er ordentlig tilstede der du er. Med tyngdepunkt i deg selv.

– Her kan du snakke om å være deg selv nok – i den forstand at du har nok i deg til å gjøre opplevelsen helt din. Du må ha tillit til at du har fått sånne muligheter som menneske at det er nesten grenseløst hva du kan bli deg bevisst. Og du må lære deg til å bli ved det. Du faller i staver over noe – da er det ikke noe annet du 'egentlig' skulle vært oppmerksom på.

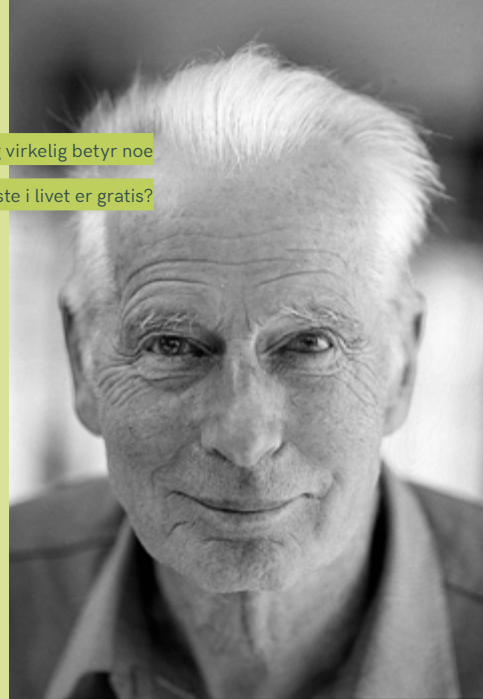
9. Sammenligning

Klarer du å betrakte livet ditt ut fra deg selv – uten å sammenligne med andre?

– Ditt beste utgangspunkt for fremtiden er å være tilstede i nåtiden, uansett situasjon, uansett hvor du er. Du er tilstede i mangfoldet og alt det rare som er der. Selv om det bare er



Vil du lese mer av og om Arne Næss - dypokologen og Framtiden i våre hender's første styreformann? Teksten over er utdrag fra boken «Livsviktig: Arne Næss og dialogen». Sjekk også boken «Dyp glede».



du som ser det akkurat sånn. Du eier det på en måte og kan ikke miste det til andre.

10. Stillhet

Skaff deg stillhet. Hvordan kjennes det?

– Jeg er vant til stillhet. For andre kan det være nytt. Hva hvis noen putter meg i en fengselscelle, uten stimuli slik det var før i tiden, og jeg må være der i ett år? Så vil jeg se etter noen merker eller noe småtteri i veggen som kan bli en rikdom. Jeg kan rette sansene mot hjørnene og gjøre dem levende. Jeg kan lukke øynene og se noe, jeg kan åpne øynene og lukke dem igjen og se noe annet. Jeg kan se mer og mer. Jeg kan gjøre steder jeg har vært levende og lage et stort mangfold av innvendige bilder. Jeg kan myse med øynene, knipe øynene sammen til en liten sprekk og få forskjellige striper av lys med utallige variasjoner. Plutselig er det glitrende punkter i et sterkt mørke. Fantastisk hva du ser – selv om du ser ingenting. Dette kan komme til gode hvis man får en sykdom og blir henvist til å se med øynene lukket. Et rikt liv er ikke avhengig av mange utvendige inntrykk. Det indre livet kan alltid komme til sin rett uavhengig av det ytre livet. ■

Klimakamp som nytter

Dersom Norge hadde vært like flinke med klimakutt som Fana folkehøgskule utenfor Bergen hadde vi trolig nådd klimamålene for flere år siden. I løpet av fire år har skolen redusert de årlige CO₂- utslippene med rundt 85 prosent.



Tekst og foto
Arne Storronningen

Det er kort og godt imponerende. – Skolen viser at det er mulig å oppnå store resultater gjennom systematisk og målrettet daglig innsats, sier prosjektleder i Framtiden i våre hender Astrid Bjerke, ansvarlig for gjennomføringen et stort samarbeidsprosjekt med 13 norske folkehøgskoler i 2023 og 2024.

Viktige reisekutt

– Hittil har vi redusert de årlige CO₂- utslippene våre fra 293,71 tonn i 2019 til 47,28 tonn i 2022. Det er en reduksjon på 84% i løpet av fire år, forteller rektor Tore Haltli. Det har vi først og fremst klart gjennom å redusere reisevirksomheten vår. Vi har gjort andre tiltak også, men det er reisene som har monnet, forteller rektoren.

– En annen ting vi har jobbet mye med, er å finne en måte å få bærekraft inn i undervisningen på linjefag, valgfag og fellesfag. Fellesfaget nyfiken handler om bærekraft og er det siste skuddet på stammen. Vi forsøker å få til

reelle utslippskutt samtidig som vi jobber med bærekraftig dannelse og holdning, ifølge Haltli.

Klimakamp på kjøkkenet

En systematisk utnyttelse av matressurser, kamp mot matsvinn og kreativ bruk av restemat er et annet viktig innsatsområde som har vært et viktig element til bærekraftutviklingen på skolen.

Fana hadde akkurat hatt revisjon fra Debio for å få bronsemerket. Og når det fysisk er på plass, skal det henge godt synlig i matsalen. For å få debiomerket bronse må 15% av matserveringen være økologisk. Det har folkehøgskolen nylig oppnådd. Fana er sertifisert med økologisk, Bronsje, revisjon i oktober 2023.

Hjemmebakt brød og lokal fisk

Skolen har en til to kjøttmiddager i uka, to dager med fisk og resten vegetar. De kjøper bare lokal fersk fisk og lager maten fra grunnen av, til og med «fiskepinner»

Nå baker de også bakervarene selv. I tillegg til at de har ferske bakervarer får de brukt opp mange rester i brødet. Det er ingen ting i veien for å ha for eksempel kokt blomkål eller kokt ris i brøddeigen, forteller kjøkkensjef Mats Olsen. Dette har de gjort uten å investere i nye maskiner eller ovner. De baker surdeigsbrød. En av elevene er utdannet baker, og han hadde med en surdeigsstarter som han delte med kjøkkenet!

Bestemmelsen om å gjøre en stor forandring og å jobbe for å få økologisk bronsemerke ble tatt før sommeren 2023. På den måten fikk kjøkkenet tid for å forandre menyen og legge om innkjøp og vaner. Og omleggingen kunne gå raskt. Dette er trukket fram som en suksessfaktor.

– Når du skal sertifiseres som økologisk, må du sette deg mål og du må gjennomføre, det er noen som kikker deg i kortene, forteller kjøkkensjefen.

Det å lære av andre og få inspirasjon gir en vitamininnspøyting. Kjøkkenet på Fana trekker fram at de har hatt stort utbytte av at de var på studiebesøk på Sogndal folkehøgskole, en annen grønn foregangsskole i landsdelen. ■

Historien sitter i veggene

Det oser av historie og kontinuitet i de gamle verneverdige trebygningene som utgjør endel av dagens Fana folkehøgskule. De første elevene kom hit i 1915. Men den kjente historien om stedet går atskillig lenger tilbake forteller rektor Tore Haltli.

På 1200-tallet kom munkene hit fra Lysekloster ved Lysefjorden i nåværende Bjørnafjorden kommune. De må ha kommet enten sjøveien i båt over fjorden eller til ridende langs sjøen, forteller inspektør Georg Reidarsen som har spesialisert seg på området historie.

Munkene må ha likt det de så. De etablerte urte- og matproduksjon i den fruktbare jorda som nå er en del av skoleområdet. Fra 1500-tallet har det vært både munkekloster og herregård her. Bygningene som rektor og staben hans holder til i ble oppført på 1700-tallet.





«Det er ingen ting i veien for å ha for eksempel kokt blomkål eller kokt ris i brøddeigen, forteller kjøkkensjef Mats Olsen»

Debio-godkjenning

En godkjenning fra Debio betyr at man kan dokumentere at man etterlever strenge miljøkrav enten man dyrker jorda, yster eller serverer mat og drikke.

For å markedsføre at din virksomhet eller ditt arrangement serverer en andel økologisk mat og drikke, kan du bruke Debios serveringsmerke. Merket har tre valører, gull (minimum 90 % økologisk), sølv (minimum 50 % økologisk) og bronse (minimum 15 % eller 15 faste økologiske produkter). Merkeordningen gjelder for storkjøkken som ønsker å bruke Ø-merket eller Debios serveringsmerker for å markedsføre at virksomheten bruker økologiske mat- og drikkevarer.

Serveringsmerkene kan brukes når virksomheten har en viss andel av mat- og/eller drikketilbudet som er økologisk.



MAKATEA

- en roman om menneskeslektens endelikt?

Makatea er en thriller om menneskeslektens kamp for overlevelse etter en global og menneskeskapt katastrofe. Romanen kretser rundt det nordnorske paret Rune og Anne, som vil ha pause fra snøstorm, glatte veier og dårlige nyheter om krig og klimakrise. De drar på et fire måneders verdenscruise, og fra bassengkanten sender Rune meldinger hjem om at det er altfor varmt, og at han har fått et rriterende solbrilleskille. Det blir brått slutt på meldingene når de kommer til Stillehavet, og apokalypsen inntreffer. Vil menneskeslekten som art overleve, eller blir det dens endelikt?

KAN OGSÅ BESTILLES PÅ NETT! (feks: Norli.no)



Gled deg og dine med håndlagde gaver under treet i år

Hos oss finner du blant annet:

- Håndvevde Fairtrade tekstiler til hjemmet
- Nydelige tøydukker i Waldorf stil
- Håndyppede bivoksllys
- Inkluderende barneprodukter



Bærekraftig & inkluderende handel



www.kumba.no @kumbascorner



Vi vil ete bete

Her skal det handle om en trofast «stayer», den norske rødbeten - som vi på denne tiden av året normalt har rundt 300 tonn av på kjølelager rundt omkring. Faktisk er de fleste til og med økologisk dyrket.

➤ **V**i prøver jo å gjøre rent bord i klimasaken, og her gir vi grønt lys for dekke på med heilnorske, røde og sunne beter - hele vinteren igjennom.

I kampen for bærekraft har vi jammen å gjøre med et langbord. Ting kan ta litt tid, og det er mye som må opp på bordet, for å si det sånn.

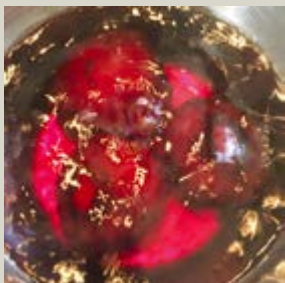
Vi ser langt fram, for eksempel til det symboltunge året 2030, da vi har vedtatt at klimautslippene skal være halvert. For å nå dette målet må vi se litt ned også, altså undersøke spiselige vekster som bidrar til nettopp måloppnåelse.

Dette er noen punkter vi kan bite oss merke i:

- Beter tåler klimaendringer. De er lette å dyrke, og de er hardføre nok til at vi kan dyrke dem i hele det lange landet vårt. De vokser nokså fort, de tåler drittvær, og de er lite utsatt for skadedyr og sykdom. Følgelig brukes det minimalt med plantevern, også kjent som sprøytemidler, på dem.
- Heilnorske beter har dessuten så god holdbarhet at de egner seg for lang tids lagring, slik at vi altså slipper matsvinn i produksjonsleddene.
- Da beitedyrkerne for et drøyt tiår siden også satte i gang med de nye, litt sånn «tigerfargede» betene som kalles polkabeter, fikk folks interesse en kraftig oppsving.

Det dyrkes altså nok til alle, såpass at vi har til lenge etter at det røde nissen har vært her. Og politikerne våre trådte nå i høst støttende til med å vedta et nytt og sterkere tollvern for rødbeter. (Her må det likevel påpekes at denne styrkingen av toll burde gjelde for mange, mange flere varegrupper - for å øke vår selvforsyning i vanskelige tider.)

Vi er mange matinteresserte som simpelthen elsker å henge foran stekeplatene og nyte synet av råvarer som koker. Og, nei, det er ikke som å «se maling tørke», slik enkelte råkjørere på kjøkkenet hevder. Med rødbeter på kok, da blir det ordentlig kalas.



En gjennomsnittlig rødbet trenger en times tid i småboblende vann. Da er det best å bare rive av det tynne skallet med fingrene, men noen ganger må det kniv til. Husk uansett dette: Fargen setter seg fort og smitter som fy, så det er tilrådelig å gjøre et unntak og bruke plasthansker. De mindre polkabetene klarer seg med oppunder tre kvarter i kokevannet.



Tekst og foto
Yngve Ekern

Den profilerte matskribenten Yngve Ekern guider oss på veien til mer bærekraftig mat i hverdagen. Yngve har i en årrekke stått i spissen for den nye folkebevegelsen som bryr seg om maten vår og hvor den kommer fra.

Han har utgitt flere bøker, blant dem «Kjøttfrie dager». Han har vært fast bidragsyter i magasinet Framtiden i våre hender siden 2020.



Foto: Adobe Stock

På det lille bildet på siden her har jeg kokt rødbeter i lettsaltet vann og tilsatt en god dose av det som heter Sursildkrydder, en blanding av alt som er godt - og som alle butikker har nettopp nå. Servert i båter med litt syltet kapers som kontrast har du en artig og litt «julete» forret.

Men så er det jo også sånn, at mange oppfatter rødbeter som en slags topping på leverpostei, det vil si syltede skiver som ofte også er skåret i bølgeform.

Vi tar heller bølgen for de hjemmelagede syltebitene. Grunnoppskriften er å koke opp sånn omtrent 50/50 med hvit eddik, gjerne eplecidereddik, og sukker, med nesten dobbelt så mye vann. Tradisjonelt krydder, i tillegg til litt pepper, er sånt som stjerneanis og nellikspiker - men Sursildkrydderet er like bra. For syns skyld legger jeg også oppi en kvast med noe tørket grønt på stilk. Da er det bare å vente to-tre uker før prøvesmaking.

Men et godt utseende er ikke alt. At rødbeten faktisk gjør oss godt innvendig framgår av disse punktene:

- Betene får sine fantastiske farger av noen pigmenter som til overmål virker som antioksidanter. De bidrar til å holde kontroll på en rekke skadelige stoffer vi allerede har i kroppen.
- Rødbeter gjør noe gunstig i forholdet mellom røde og hvite blodlegemer. Når vi spiser dem øker oksygenopptaket i blodet.

Fikk du lyst på en klima-knoll nå? Server gjerne i festlig lag mens du utbasunerer at «the beet is on»! ■



➤ Rødbeteburger med sopp

Ferdig kokte rødbeter er vanligvis ikke vanskelig å få tak i. Men så er det dette med koke-kosen, da

2 løk, hakket

8 store champignoner, rundt 200 g, skåret i små terninger

2 fedd hvitløk, finhakket

1 - 2 rødbeter, rundt 2000 g, kokt og skåret i små terninger

60 g valnøtter, hakket

50 g kikertmel

½ grovt, økologisk brød (et par dager gammelt, uten skorpe, kjørt til smuler i en kjøkkenmaskin, eller knust på annet vis)

salt, pepper

- Ha godt med olje, minst 3 ss, i en panne på middels varme og stek løken til den er myk og begynner å brunes. Ha i sopp og hvitløk. Stek videre til alt er brunet godt, men ikke svidd.
- Ha det over i en bolle, avkjøl til romtemperatur og bland med rødbete, nøtter og knust brød. Smak til med salt og pepper. Tilsett kikertmelet litt etter litt, spe gjerne med litt kokevann fra rødbeten, til du kan forme seks faste baller i hendene og så trykke dem ned til burgere.
- Legg burgerne på plate med bakepapir og stek på 180 grader i rundt 15 minutter, snu dem gjerne når det gjenstår 5 minutter. (Nå kan du fryse dem, først hver for seg, så i samme pakke, slik at du kan ta ut det antallet du vil uten at de er frosset fast til hverandre.)
- Ha stekeolje i en panne på litt over middels varme og stek burgerne ferdige.



Go'beter med koriander og spinat

Ingenting er som en rett med skikkelig multi kulti fargerikt fellesskap.

2 polkabeter

2 gule beter

en liten neve spinat, svartkål eller annet grønt

1 ts korianderfrø, grovknuste

1 ss smør

salt, pepper

- Kok betene i kryddret vanntil de mykner, i en drøy halvtime. Hell av vannet, skrell dem.
- Skjær betene i tynne skiver og brun dem fort i litt smør, gjerne blandet med olje, pluss spinate eller annet. Server gjerne med noen dråper balsamicovinaigrette.



Rødbetsalat med hvit geitost

En artig rødbetsalat som garantert vil utgjøre en stor trussel mot ferdigvaren, det sørger både hvit geitost og honning for.

ca. 200 g syltete rødbeter

1 boks norsk Snøfrisk, naturelle eller med litt dill

ca. 1 dl lettmaiones

ca. 2 ss crème fraîche, eller rømme

1/2 liten rødlok

ca. 2 ss flytende honning

ca. 2 ss lake fra rødбетglasset

1/4 selleristang, kan sløyfes

1 ss sitronsaft

ca. 2 ts sennep

1/2 ts salt

ca. 1/2 ts grovpepper

- Bland sammen og smak til en miks av majones, Snøfrisk og crème fraîche.
- Skjær rødbetskvivene i små terninger. Hakk rødloken nokså fint. Splitt selleristangen i to på langs og hakk den i fine skiver.
- Bland sammen og hell det over i en beholder med tett lokk.



Vossabia

NATUREN på HUDEN -
Sjekk suverene og sunne saker rett frå garden!
Familiens haust- og vinterpakke for liten og stor pleier og beskytter gjennom den kalde årstida!
vossabia.no

Optima pH4

- unik kombinasjon av alginat og organiske syrer
- inneheld mjukgerande hudpleieingrediensar

pH 4 førebygger hudplager og bevarer den gode bakteriefloraen.

Utan parfyme. Låg pH.

Juletips
Ta deg eit deilig fotbad med **Optima pH4**

QR code

Produisert i Hardanger

Vegan

Optima pH

Optima Produkter AS
5600 Norheimsund, Tlf. 56 56 46 10

www.optima-ph.no

NYHET

NYHET

NYHET

VELG SJOKOLADE OG KAFFE - GODT LAGET I NORGE

I tillegg til over 20 sorter økologisk kaffe og espresso, tilbyr vi nå mange sorter sjokolade, lokalprodusert selvfølgelig! Alt laget Bean-to-Bar, med kun håndplukkede, økologiske råvarer. Kakaobønner fra Tanzania, Mexico, Nicaragua, Madagascar og Peru.

Stavanger Kaffebrenneri er godkjent av Debio og sertifisert som klimanøytral siden 2009.

BEAN TO BAR

FAIRTRADE

SWISS WATER

CERTIFIED CARBON NEUTRAL

ØKOLOGISK DEBIO

NO-ØKO-01

STAVANGER KOFFEBRENNERI

Oddahagen 36, 4031 Stavanger
post@stavangerkaffebrenneri.no
www.stavangerkaffebrenneri.no



Din annonse her?

Har du et økologisk, fairtrade eller et produkt våre miljø og samfunnsengasjerte lesere bør vite om?

Kontakt Sverre på:
sverre@gmk.as eller
tlf: 98 61 31 01

Vikja
ØKOLOGISK SLAKTERI
KALV · STORFE · SAU · LAM · VILLSAU
Økologisk kjøtt
FRÅ GARDAR VED SOGNEFJORDEN
E-post: post@vikja.no
Tlf. 47657465 www.vikja.no

FORTIDENS KORN ER
FREMTIDENS MAT
sigdalmolle.no

Unikum
www.unikumdesign.no

Redefining the way we use diapers

Sogn Jord- og Hagebrukskule
rådgjevar biroktar økobonde
småbrukar bakar gründer osteprodusent
lærer gartnar avløyser matskribent
er noko av det tidlegare elevar jobbar som i dag. Les meir på sjh.no

Charlottes
Økologisk hud- og hårpleie.
Håndlaget. Vegansk. Naturlig.
www.urtekosmetikk.no

ÆRLIG BY WALLE
mild, naturlig & næringsrik
Hudpleie som spiller på lag med naturen
LES MER PÅ BYWALLE.NO

isrosa
økologisk is
www.isrosa.no

REIN
ØKOLOGISK HUDPLEIE

WWW.REINHUDPLEIE.NO

Voss Vandrarheim
Overnatting - Økologisk mat
Familier - Grupper
Kurs & Konferanse
tlf. 56 51 20 17
www.vosshostel.com
www.finnegarden.no

NØSTEBARN
www.nostebarn.no
UBEHANDLET ULL
Nøstebarn har stort utvalg av klær i myk, økologisk og ubehandlet ull til baby, barn og voksne. Besøk nettbutikken eller butikken i Bergen for mer informasjon.



Tørr hud, kløe og hudplager?

Optima pH4

- førebyggende og pleiende
- basert på økologiske prinsipper
- anbefalt av Grønn Hverdag
- utan parfyme



pH4 -gir hud i balanse

Optima Produkter AS
5600 Norheimsund, Tlf. 56 56 46 10

www.optima-ph.no

Godt Brød



Økologisk bakeverksted



Oslo | Bergen | Trondheim | Stavanger

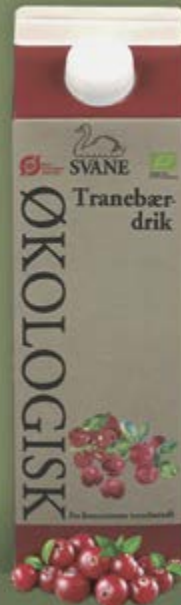
Finn **ditt** nærmeste Økologiske
bakeverksted på www.godtbrod.no

STANGELAND
URTEPRODUKTER

Teer, urter og krydder-
blandinger basert på Torleif
Stangelands auranalyse og
forskning gjennom 50 år.

Et naturlig valg
stangelandurteprodukter.no

Selges i din
daglivarebutikk



ØKOLOGISK

økosjokolade.no

Lag din egen sunne sjokolade
av økologiske og Fairtrade
kakaoprodukter og
uten sukker!



MORiia

Et etisk produkt
fra Uganda

Økologisk moringa for
helse, styrke og velvære.

5 kr per produkt
går tilbake til Uganda.

www.moriia.no

◆ SJOKOLADEBAR ◆

- Uten gluten og sukker
- 100% plantebasert
- Økologisk og Fair
- Sunt & Godt!

FB/IG: @criollobar
Tollbugata 4 - Drammen

Mylnå
Volda Elektriske Mylne

Håndverkarar i arbeid
ÉCONOMUSÉE[®]
NORSE

ÅRETS MILJØBEDRIFT 2018.

Siste gamle bygdemølle som framleis driv kommersiell
matmjølproduksjon. Mylnå er Économusée-bedrift, og
tilrettelagd for omvising.

Lik oss på facebook.com/Mylna-Volda, følg oss på [Instagram@mylnavolda](https://instagram.com/mylnavolda)
eller besøk nettsida www.mylna.no

FINNEGARDEN

Finnegarden leverer
økologisk frukt og
grønnsaker helm til deg
i Bergensregionen.

Telefon:
56 51 48 71 / 91 62 84 05

www.finnegarden.no

Norsk
Urkorn

Salg av norsk
økologisk mel og korn

www.norskurkorn.no

Holle
MØLLE

Norske speltperler
er et godt alternativ
til ris og pasta

NYT
MILJØ
NORSE

ØKOLOGISK
DEBTO
ØKOLOGISK

Bryllup, firmafest ved sjøen



HELLVIKTANGEN

Nesodden, egen brygge. Søndagskafe hele året 12-19
401 46 319, hellviktangen.no



Prøv Vossabias
hudprodukt
– av bivoks, urter
og honning!

100% naturleg og økologisk
– fordi me bryr oss!

Les mer om oss på www.vossabia.no

Gratisgled



Tekst
Trond
Wormstrand

Trond Wormstrand er vår faste naturskribent og stifinner. Spalten har vært en fast og populær del av Framtiden i våre henders medlemsmagasin i mange år.

Jeg finner rytmen, den fine lille gyngingen, og fryder meg over fraspark- og stavtakmelodien. Får jeg opp farten, oppstår den eiendommelige frihetsfølelsen.

Et kalenderår er spekket med årets-første-hendelser. De varmer meg – knapt nok planeten vår. Her noen av mine favoritter.

Det første snøfallet

Varsomme fjon virrer ned i skjæret fra utelampen, så like etter ryker det og fyker det, med drev fra rekkehus-takene. November var svart og snøløs, bare skjør is på pyttene. Nå blir landskapet forunderlig annerledes på få minutter. Kvelden lyser hvit.

Snø og granskog var heimsleg for Tarjei Vesaas. For meg var snø og asfalt heimsleg. I barneårene kunne jeg våkne i fjerde etasje i bygården og høre skipenes tåkelur. Ulingen innerst i Oslofjorden varslet enten tett tåke eller tett snøvær. Var det snøvær, merket jeg det på bil- og buss-lydene i Kirkeveien. Snøen polstret lydene.

Den første skituren

Jeg fester skoene i Rottefella, tar de første prøvende frasparkene og straks glir skiene i tørre, faste milelange spor hundre meter fra der jeg bor. Jeg finner rytmen, den fine lille gyngingen, og fryder meg over fraspark- og stavtak-melodien. Får jeg opp farten, oppstår den eiendommelige frihetsfølelsen.

Jeg rømmer nødig fra løype og lue til Syden.

er

Den første sykkelturen

Sykkelen min triller grytidlig hjemmefra. Fingre fryser rundt styret. Asfalten er bar for is. Vinterens strøsand er vasket bort. Sykkelen er rensset og oljet. Føtter, pedaler, fingre og gir samhandler rytmisk. Mitt vinterbleke ansikt baner vei gjennom bølger av vårens lukter etter natteregn. Blomster åpner seg, fugler jubler. Så enkelt blir en glede til.

Tohjulingen flytter meg tre-fire ganger raskere enn føttene mine, og gjør min verden større.

Den første korpsmusikken

Hører du? Nei, hva da? Jo, nå hører jeg. Norge i rødt, hvitt og blått. Kroppen min kribler. På med sko og jakke, så rask gange etter lyden. Snart rusler jeg på fortauet ved siden av blåsere og trommeslagere som øver til 17. mai. Rusler? Nei, jeg går i takt. Ompamusikken vekker skolegutten i meg. Han som marsjerte og viftet flagg langs Karl Johan opp til Slottet, bak Marienlyst skolekorps.

De første tårnseilerne

Svarte lyn piper over skolten min. De små, strømlinjeformede insektjegerne har maktet det igjen. Fra tropisk Afrika har de fløyet over Sahara, Middelhavet og EU uten pauser på bakken. Min sommer starter når jeg nok et år ser og hører dem.

Tårnseilerne er alltid på vingene, bortsett fra når de mater unger i reiret. Spising, paring og søvn foregår i lufta. Beina duger ikke til å gå og stå med. Er det ikke fascinerende hva evolusjonen har fått til av merkevordigheter? Lenge visste jeg ikke at disse fabelaktige fuglene fantes. Nå lyder mottoet mitt: Se opp!

Det første hageeplet

Jeg plukker det rødeste eplet jeg finner, drar inn lukta og setter tennene i. Saftig, sursøtt fruktkjøtt fyller munnen. En høytidsstund.

Vi har bare ett epletre i vår lille rekkehusage. Jeg følger det omsorgsfullt fra tidlig vår til innhøsting. Rik blomstring? Nok med bestøvende insekter? Holder skurv og rognebærmøll seg borte? Unngår kartene skarpe hagl?

Summerred-eplet er fullendt i form, farge, lukt og smak. Jeg legger ett av dem godt synlig på skrivebordet.



Foto: Harald Groven flickr CC

Det første bekkesuset

Vi våkner, hører bekken, drar fra gardinet og ser den har svulmet i løpet av natten, endelig. Den er en vår- og høstbekk, somrene tørker den inn. Nå kan vi igjen sovne og våkne til lyden av rennende vann, vann med kilder i en grønnmørk barskog ovenfor oss.

Norges fineste lyder? Fossende, sildrende, brusende vann, uten tvil.

I august i år ble bekken voldsom, den frådte, og bidro til oversvømmelser lenger ned i Glommavassdraget. Ikke hyggelig.

Den første gåseploegen

Hør kaklingen! Jeg styrter fra stolen til stuevinduet. Stirrer opp på en dypblå himmel og får øye på en mørk plog nær halvmånen. Vi bor under et gåsetrekk. I september flyr gress med plogspissen vent sørover, i tallrike flokker. De tar sommeren med seg om natta, mange vingetak unna oss. Far vel!

Har du noen sånne årets-førstegleder? ■

mild,
naturlig &
næringsrik



AERLIG BY WALLE

En hudpleieserie basert på 100% naturlige ingredienser og tradisjonell visdom. Vi spiller på lag med naturen.

BYWALLE.NO

FRI FRAKT UT
DESEMBER!



Endring, nå!

«Nå skjer det endring. Det som mange har prata om i så mange år, å gjøre sirkulær økonomi kult og svært – nå skjer skiftet folkens!»

Ordene er ikke mine. De tilhører Jan Christian Vestre, næringsministeren. De ble fremsatt med stor entusiasme fra scenen i Vikingskipet på Hamar, under Fæbrikstad, i regi av sy-kollektivet Fæbrik. Det ble en aldri så liten syfestival som satte verdensrekord i felles-syng og som trakk nesten syv tusen deltagere en tidlig septemberhelg.

Her var det folk som selv ville lære seg å sy, delta på workshops, lære seg om teknikker for redesign og gjenbruk, handle brukte klær, og delta på diverse panelsamtaler om klær, miljø, identitet og forbruk. Jeg deltok i en paneldiskusjon med næringsministeren, og ble selv inspirert, da han sa: «For dere som er her nå, dere kommer altså til å endre verden. Nå må vi bare spre dette ut til alle, sånn at vi kan endre dette forbrukstyranniet som noen av oss har vokst opp med, og som er grunnen til at vi har en klima- og naturkrise.»

Ordene var kanskje ikke mine, men jeg kunne ikke vært mer enig. Fra scenen kunne vi i Framtiden i våre hender overrekke ministeren 15.000 underskrifter fra nordmenn som krever en stans i fast fashion. For vi er mange, mange som har sett oss lei av bruk- og kast-kulturen som moteindustrien i økende grad og tempo har påført oss. Vi trenger endring. Nå.

Samtidig som vi i Framtiden i våre hender har jobbet med å få med oss



Foto: Arne Storremingen



Anja Bakken Riise,
Leder i Framtiden
i våre hender

folk i kampen mot fast fashion, har vi jobbet på kammerset med å utvikle de konkrete tekniske og politiske løsningene som må på plass. I ett år har vi deltatt i regjeringens arbeidsgruppe som har jobbet med et såkalt utvidet produsentansvar for tekstil, som betyr at klesprodusenter skal ta ansvar for klærne de setter på markedet, også etter at de blir til avfall. Riktig utformet, vil en slik ordning også påvirke bransjen til å selge oss færre, men bedre klær.

I oktober overleverte vi arbeidet vårt til regjeringen, og vi er særst fornøyde med å ha fått med oss bransjen selv på flere viktige grep. Hvis regjeringen følger forslaget vårt, vil bransjen tvinges til å selge færre klær, blant annet fordi det vil bli dyrere å selge plastklær. Vi vil ha slutt på hemmeligholdet i bransjen, og vi

vil ha langt strengere krav til eksport av brukte klær. Det må bli slutt på at vi risikerer at brukte norske klær kan ende opp på avfallsdynger i fattige land.

Hvis vi skal tolke næringsministeren fra utsagnene hans på Fæbrikstad, så er han klar til å følge anbefalingene. Jeg er overbevist om at det politiske engasjementet vi ser på klesfronten nå ikke hadde kommet uten det engasjementet dere, medlemmene våre, og folk flest har vist i denne saken. Takk til deg som har skrevet under, delt i sosiale medier, snakket med venner og kollegaer om det som foregår. Innsatsen din er viktig!

Vi er mange som ønsker endring. Og jeg lover at vi i Framtiden i våre hender vil fortsette å pushe på politikerne til endringene er på plass. ■



Naturlig varme

Merinoull for alle livets turer

Opplev den varme og myke følelsen av Janus merinoull – for små og store



Kjøp merinoull på janus.no

Janus[®]
STRIKKET I NORGE



NÅ KAN DU TJENE PENGER PÅ SØPLA DI

Vi har innledet et samarbeid med gjenvinnings-appen Bower. La oss gjenvinne alt, alltid - og da hjelper det at du nå kan tjene penger på å sortere søppelet riktig. Har det strekkode, kan det registreres. Sammen kan vi gjøre verden bittelitt bedre!

*Les mer på
meny.no*

