

Framtiden

Dumpster Deli™
DAGLIGVARE

Nº 01
50. årgang
Mars 2023
Kr. 69,-

i

våre

Matbutikk
i en
søppelcontainer

hender

De glemte bydyrene
Duften av urter
Bærekraftig folkehøyskolemat
«Du-betyr-noe-bevegelsen»



ANNONSE

A photograph of four people standing outdoors against a blurred background of buildings and a cloudy sky. From left to right: a young man with short blonde hair wearing a white button-down shirt; a young man with brown hair and a beard wearing a dark quilted vest over a blue t-shirt; a woman with blonde hair wearing a dark blue hoodie; and a man with dark curly hair wearing light blue medical scrubs. They are all looking towards the camera with neutral to slightly concerned expressions.

Klar for en jobb med **mening?**

KOMMUNE- OG HELSE-NORGE TRENGER FLERE FLINKE FOLK

I løpet av de neste ti årene vil vi mangle 50 000 på jobb i kommunesektoren. Og jobbene i kommunene er veldig varierte, kanskje mer enn du tror. Nesten uansett hva du brenner for og hvilken utdanning du har, er det mange spennende jobber å velge blant.

I kommunen kan du for eksempel jobbe med forvaltning av natur, utvikling av fremtidssamfunnet, arealplaner, renovasjon og sirkulærøkonomi. Kanskje er du opptatt av nullutslippstransport eller flere sykkelveier? Eller kanskje plastproblematikk er viktigere for deg? Hva med å jobbe med klima- og miljøinformasjon til barn og unge?

Jobbene i kommune er ikke bare meningsfulle. De er også varierte, viktige og gir gode utviklingsmuligheter. I tillegg får du en av landets beste pensjonsordninger, som varer livet ut.

Norge trenger flere av de beste folka på jobb i kommunal sektor. Er du en av dem?

Les mer om mulighetene på
[KLP.no/jobbmedmening](https://klp.no/jobbmedmening)

KLP

Kommune- og helse-Norges
eget pensjonsselskap



Vil du være med å skape fremtidens industrieventyr?

Da hører du hjemme hos oss. I over 100 år har Hydro utviklet industrier og produkter verden trenger, fremstilt av kraft som fornyes uendelig.

Nå trenger verden lette og resirkulerbare materialer, kraft fra vann, vind, sol og energibærere som hydrogen og batterier.

Alt dette jobber vi med i Hydro. Hvis du vil være med på et lag som driver frem det grønne skiftet, og som gir verden den kraften og de materialene vi trenger, er mulighetene uendelige.

Les mer og søk:
www.hydro.com/ledige-stillinger

www.hydro.com



Industries that matter

Framtiden i våre hender

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

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

Ansvarlig redaktør

Arne Storrønningen
astor@framtiden.no

Art Director

Daniel Dalsgaard-Jensen
daniel.dalsgaard@otw.dk

Framtiden i våre hender

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

Forsidefoto

Publicis Kitchen:
Jonathan Vivaas Kiese, Mats
Høiby, Sollin Sære

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
Farlig forsinkelse 06

< Fokus > **08** Klimastemmer fra sør

Grønne tips **12**

14 Grønnere folkehøyskoler

Profil:
Karen O'Brien **18**

24 Dumpsterdeli
– Norges minste matbutikk?

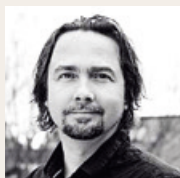
Grønne ferietips **28**

30 Matglede:
Yngve Ekern

Stifinner:
Trond Wormstrand **36**

38 Sluttreplikken:
Anja Bakken Riise

Bidragsytere

**Matglede**Yngve Ekern
yngveekern@gmail.com**Utsyn**Astrid Bjerke
astrid@framtiden.no**Art Director**Daniel Dalsgaard-Jensen
daniel.dalsgaard@otw.dk**Stifinner**Trond Wormstrand
trond@framtiden.no**Din grønne hverdag**Nini Hægernes
nini@mojomagasinet.no

Norsk klimahykleri

«Stopp letingen etter ny olje og gass». Det var rådet til norske myndigheter fra den ugandiske klima-aktivisten Vanessa Nakate som besøkte Oslo i forbindelse med Norads årlige konferanse tidligere i vinter.

I denne utgaven av Framtiden i våre hendes medlemsmagasin kan du lese mer om 26-åringen som i økende grad har blitt en viktig stemme i den internasjonale klimadebatten. Ikke minst har hun maktet å sette de store klimautfordringene på det afrikanske kontinentet på den internasjonale dagsorden.

Historisk er hele det afrikanske kontinentet med 54 anerkjente stater og rundt 1,4 milliarder innbyggere, bare ansvarlig for 3% av de globale klimagassutslippene. Til tross for dette rammer mange afrikanere av noen av de verste og mest brutale virkningene av klimakrisen, sier Vanessa Nakate.

Norge framstår hyklersk i det internasjonale klimaarbeidet, mener den ugandiske aktivisten. På den ene siden framstår landet som ledende i mange typer klimaarbeid og klimadiplomati. På samme tid fortsetter Norge systematisk leting etter ny olje og gass og investerer i nye langsiktige prosjekter. «Jeg snakker ikke om en full stans i all produksjon, jeg snakker om å slutte å lete etter mer», sa den kjente miljøaktivisten i et intervju med VG da hun nylig besøkte Norge og deltok på den årlige Norad-konferansen med skarp kritikk av det hun karakteriserte som norsk klimahykleri.

Den russiske angrepskrigen mot Ukraina og den nye sikkerhetssituasjonen i Europa har økt betyd-

ningen av norsk gass og gjort Norge til den største og viktigste leverandøren til det europeiske naturgassmarkedet. Vi snakker også om svimlende inntekter i den norske statskassen. Ifølge Statistisk Sentralbyrå utgjorde naturgasseksporten vår nesten halvparten av totaleksporten. Eksport av gass ble tredoblet fra 2021 og ga Norge 1357 milliarder kroner i klingende mynt. I 2022 endte eksportverdien av råolje på hel 548,7 milliarder kroner, en økning på mer enn 54 prosent ifølge SSB.

Det er bred politisk enighet om at den akutte og nye sikkerhetssituasjonen og energisituasjonen i vår del av verden gir Norge et spesielt ansvar til å forsyne Europa med gass til lys og varme.

Samtidig må det ikke bli en unnskyldning for å fortsette leting og igangsetting av nye prosjekter som ofte har en tidshorisont fram mot slutten av dette århundre. Det holder ikke hvis vi skal ha et fnugg av håp om å stoppe klimakrisen som allerede er her – fra å modnes og bli en klimakatastrofe utenfor all kontroll.

Det er ikke tid for «business as usual». Det er ingen vei forbi et skifte av det fossile energigrunnlaget i verden til fornybar energi sammen med innføring av en sirkulær økonomi med langt høyere ressursutnyttelse enn dagens spinnville bruk-og-kast-modell.

Vi er allerede sent ute og pandemi og krig i Europa har forverret dette. Det er en farlig forsinkelse.

Derfor trenger vi sterke og tydelige klimastemmer som Vanessa Nakate.

LES MER
side 8-11

«Norge framstår hyklersk i det internasjonale klimaarbeidet, mener den kjente ugandiske miljøaktivisten Vanessa Nakate»



Tekst
Arne Storrønnening
Redaktør

REN
NYHET!

naturent™

SPRAYKONSENTRAT

10 g pose
= 500 ml
spray



Lag din egen rengjøringspray – tilsett vann

Med Naturent Spraykoncentrat lager du enkelt din egen effektive rengjøringspray. Tilsett vann, og fyll blandingen på en gjenbruksflaske med sprayfunksjon, så er du klar til å gyve løs på skitt og smuss!

Sprayfunksjon med integrert skumdyse gir minimal spraytåke, og er produsert for å holde i mange år. Naturent Spraykoncentrat inneholder kun nøye utvalgte biologisk nedbrytbare ingredienser av

naturlig opprinnelse – sertifisert av Ecocert Greenlife. Ingen unødvendige ingredienser, ingen parfyme, parabener eller fargestoffer.

Den kompakte refillposen av papir bidrar til redusert plastforbruk, transportbehov og lagringsplass. Benytter du i tillegg en resirkulerbar gjenbruksflaske i rengjøringen, reduserer du plastforbruket ytterligere.



Naturent Spraykoncentrat kan kjøpes hos

Europris
MER TIL DYRE

MENY

MAXMALING.NO
- din fargehandel på nett

ECO CERT
Sertifiserte naturlige
ingredienser

**PARFUME
UTEEN**

KREFTING

PLUMBO

< Fokus >

VANESSA NAKATE
MED KLAR MELDING TIL NORGE:

Avslutt

jakten på

ny olje

Vanessa Nakate på talerstolen under Norad-konferansen i Oslo 31. januar i år: «Den norske regjeringen hevder at de kan utvide sin produksjon av olje fordi deres olje er renere enn olje fra andre land. La meg være veldig tydelig: Det finnes ikke noe som ren olje»

Den internasjonalt ledende klimaaktivisten Vanessa Nakate (26) hadde et klart budskap til Norge da hun besøkte Oslo i slutten av januar: Avslutt jakten på ny olje og gass og bruk heller pengene til å utvikle ny grønn energi var meldingen fra den kjente ugandiske, nobelfredspris-nominerte aktivisten.

Vanessa Nakate (t.v) er nominert til Nobels fredspris sammen med Greta Thunberg. Det er stortingspolitiker Lan Marie Berg (MDG) som har nominert de to til fredsprisen.

Foto: Fabrice Coffini / AFP



Det er en litt grå og kald januarmorgen på Aker Brygge i Oslo. På scenen i lokalene til Latter, Norges største humorteater hvor Norad har leid plass til sin årlige bistandskonferanse – har en ung ugandisk kvinne i lang blomstret kjole, høyhalset genser og joggesko inntatt podiet.

«Ren olje» finnes ikke

Vanessa Nakate snakker rolig og litt dempet, men budskapet er krystallklart og tydelig. Norge må avslutt letingen etter ny olje, sier hun.

«Den norske regjeringen hevder gjerne at de kan utvide sin produksjon av olje fordi deres olje er renere enn olje fra andre land. La meg være veldig tydelig: Det finnes ikke noe som ren olje sier Nakate til en sal fullpakket med profesjonelle bistandfolk og andre miljøinteresserte som lytter nesten andektig. Hun fortsetter: «Jo, Norge investerer i fornybar energi, men de fortsetter å utvikle sin olje- og gassseksport – som øker utslippene – som øker virkningene av klimaendringene – som fortsetter å påføre sårbare samfunn store ødeleggelser. Det er på tide å

stoppe den moralske og økonomiske galskapen. Det er på tide å stoppe løgnen og hykleriet. «Norge dere kan ikke få både pose og sekk. Nok er nok», sier den 26 år gamle klimaaktivisten.

Hun har også et stikk til vertskapet: «Norge liker å henvise til seg selv som en global leder i utviklingshjelp. Jeg har også forstått at Norad gir 1% av (norsk) bnp til hjelpearbeid i utlandet. Jeg forstår at Norad fortsatt leder et initiativ som kalles «olje for utvikling». La meg være helt

åpen, å sende penger til det globale sør i form av finansiering av fossil infrastruktur er ikke bistand i det hele tatt, sa den fritt-talende klimaaktivistlederen fra scenen i Oslo.

Klimastemme fra det unge Afrika

Vanessa Nakate har utviklet seg til en internasjonalt toneangivende forkjemper for klimarettferdighet og en ny og kraftfull klimapolitikk. Hun omtales ofte som en ny ledende klimastemme for det unge Afrika.

«La meg være veldig tydelig: Det finnes ikke noe som ren olje»



Tekst
Arne Storrønningen



Foto: Markus Schreiber/AP

Det opprinnelige bildet med Vanessa Nakate inkludert. Fra venstre Vanessa Nakate (Uganda), Luisa Neubauer (Tyskland), Greta Thunberg (Sverige), Isabelle Axelsson (Sverige) og Loukina Tille (Sveits). Nakate ble klippet bort i en tidligere versjon, noe som førte til sterk kritikk av nyhetsbyrået.

sveitiske alpebyen Davos at Vanessa Nakate for første gang kom på førstesider og i nyhetsmedier verden over. Her deltok hun på en felles pressekonferanse med svenske Greta Thunberg og Isabelle Axelsson, tyske Luisa Neubauer, og Loukina Tille fra Sveits, alle profilerte klimaaktivister i skolestreik-bevegelsen.

I forbindelse med pressekonferansen ble det tatt et bilde av de fem unge kvinnene i regi av den amerikanske nyhetsgiganten Associated Press, et av verdens største nyhets-

byråer med 56 Pulitzer-priser bak seg, hvorav 34 for fotografi.

Det opprinnelige bildet som ble tatt var med samtlige fem klimaaktivister. I versjonen som nyhetsbyrået sendte ute til kunder verden over var afrikanske Vanessa Nakate redigert bort. Bildet ble beskåret fra venstre side og Nakate klippet ut av fotografiet. Det er mulig å se kanten på jakken hennes i venstre siden av bildet, men personen er borte.

AP henviste til at det var redigeringstekniske årsaker til at den ugandiske aktivisten ble klippet bort fra fotografiet. En bygning bak Nakate forstyrret komposisjonen, i følge fotografen. Det var en forklaring som den ugandiske klimaaktivisten ikke kjøpte. «Dere slettet ikke bare et bilde, dere slettet et helt kontinent», kommenterte Vanessa Nakate etter hendelsen.

Nyhetsbyråets ansvarlige redaktør, Sally Buzbee beklaget i en personlig twittermelding, men aktivisten mottok aldri noen formell

«Klimaaktivisme blant unge blir av de fleste oppfattet som «en hvit sak».

➤ Inspirert av Greta Thunberg satte hun igang med sin egen en-kvinner-demonstrasjon utenfor parlamentsbygningen i den ugandiske hovedstaden Kampala. Sammen med flere andre har hun bygd opp flere klimaorganisasjoner, mest kjent Fridays For Future Uganda.

«Hadde noen fortalt meg sommeren 2018 at jeg skulle være på Verdens Økonomiske Forum i Davos som klimaaktivist 18 måneder seinere, hadde jeg ikke visst hva de snakket om. Hvor er Davos ville jeg sannsynligvis spurt dem om, og hva er en klimaaktivist». Det skriver Vanessa Nakate i sin bok «A Bigger Picture, my fight to Bring a New African Voice to the Climate Crisis». Her forteller hun sin egen historie og hva som motiverer henne til å delta i kampen for å skape en bedre og mer rettferdig verden.

«Dere slettet et helt kontinent»

Det var under konferansen World Economic Forum (WEF) i den

unnskyldning fra den 146 år gamle nyhetsskjempen. AP fratok meg muligheten til å bli sett og trolig til at budskapet mitt ikke ble anerkjent. Tross alt genererte AP to tusen artikler om dagen og over en million bilder hvert år. De holder til på 250 lokasjoner over hele kloden og når ut til et publikum tilsvarende halvparten av verdens befolkning, ifølge Vanessa Nakate.

Reaksjonene i sosiale medier var enorm, med stor støtte til Nakate. Saken ble etter hvert fanget opp av andre store nyhetsmedier og den afrikanske klimaaktivisten benyttet alle muligheter til å rette søkelyset mot det hun pekte på som et fravær av stemmer fra sør i den internasjonale klimadebatten. Dr. Robert Bullard, en afrikansk-amerikansk professor, kjent som mannen som fikk miljørettferdighet på agendaen i USA, sa i et intervju med The Guardian at klimaaktivisme blant unge blir av de fleste oppfattet som «en hvit sak». Det opprinnelige fotografiet med Nakate inkludert, som

AP ikke sendte ut, passet ikke inn i mønsteret, mente Bullard. «Rasisme har bevisst hensikt å gjøre fargede folk usynlige», ifølge professoren.

At aktivister fra det afrikanske kontinentet og deler av Asia og Sør-Amerika ofte har blitt gjort usynlige i klimadebatten er endel av et stort bilde, mener Nakate. Det er befolkningen i mange land i disse delene av verden som har bidratt minst til å skape klimakrisen, men som må leve med de tøffeste virkningene av den, mener hun.

Ett eksempel er hennes eget kontinent. Historisk er hele det afrikanske kontinentet med 54 stater og rundt 1,4 milliarder innbyggere, bare ansvarlig for 3% av de globale klimagassutslippene. Til tross for dette rammes mange afrikanere av noen av de verste og mest brutale virkningene av klimakrisen, sier Vanessa Nakate.

Nominert til Nobels fredspris

Samme dag som 26 år gamle Vanessa Nakate sto bak talerstolen på Norads

«Dere slettet ikke bare et bilde, dere slettet et helt kontinent»

årlige konferanse i Oslo kom også nyheten om at hun er nominert til Nobels fredspris sammen med Greta Thunberg. Det var stortingsrepresentant for Miljøpartiet de grønne, Lan Marie Berg, som nominerte de to til fredsprisen. De to taler på vegne av en hel generasjon, mener stortingspolitikeren. Nakate har vært særlig opptatt av å vise at å stoppe klimakrisen er viktig er viktig for å utrydde sult og fattigdom og oppnå likestilling for kvinner over hele verden mener Lan Marie Berg. ■



Vask er naudsynt

Optima pH4 Hudvask

gjør at huden tåler hyppig vask utan å tørke ut.

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

pH 4 førebygger hudplager og bevarer den gode bakteriefloraen.

Utan parfyme. Låg pH.

Scan for meir produktinfo

Optima Produkter AS
5600 Norheimsund, Tlf. 56 56 46 20

www.optima-ph.no



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



Tekst

Nini Hæggernes

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

tips



Gjenvinn batteriene

Batterier kan inneholde miljøskadelige stoffer som bly, kvikksølv, kadmium og etsende batterisyre. De skal derfor ikke kastes i restavfallet men leveres til gjenvinning. Dagligvarebutikker tar imot småbatterier og miljøstasjoner tar imot alle typer batterier gratis.



Leie istedenfor å eie

Det er mye vi ikke trenger å eie, fordi det ikke brukes så ofte. Heldigvis finnes løsninger for deleøkonomi. En tilhenger, bil, sirkelsag, partytelt eller symaskin. Det meste kan leies mellom privatpersoner på www.hygglo.no.



Kaffegrut mot brunsnegler

Strø et belte med brukt kaffegrut rundt planter du vil beskytte, så snart de begynner å spire. Det er vitenskapelig bevist at kaffe virker mot snegler. Grunnen er ifølge forskerne at koffein fungerer som nervegift. De vil derfor unngå kaffegruten.



Foto Jechtra/Flickr CC

Bevaring av gamle hus

Alt for mange eldre hus står til forfall i Norge, enten fordi de står tomme og ikke brukes av eier eller fordi økonomien rett og slett ikke strekker til. Ønsker du å sette i stand et eldre verneverdig hus, og samtidig ta vare på vår kulturarv? Da finnes det heldigvis støtteordninger for det. Sjekk hvilke tilskuddsordninger din kommune og fylkeskommune har for å restaurere og sette i stand gamle bygg. Tilskudd til vedlikehold, bevaring og skjøtsel kan blant annet også søkes om hos Norsk kulturminnefond, Sametinget, private fond og stiftelser. Sjekk under «Tilskudd» hos byggogbevar.no for flere detaljer.

Helse- og miljøskadelig matemballasje

Mat- og drikkeemballasje av polykarbonatplast (PC) - en type hard plast, og lakken på innsiden av hermetikkbokser, kan inneholde det hormonforstyrrende stoffet bisfenol A (BPA). Stoffet står på myndighetenes liste over stoffer som utgjør en alvorlig trussel mot helse og miljø. Stoffet kan blant annet bidra til kreft, redusere forplantningsevnen hos dyr og mennesker, og være allergifremkallende. Stoffet kan også være skadelig for øyne og irritere luftveiene. Plast merket med gjenvinningskode 3 og 7 kan inneholde Bisfenol A.



Foto Jan Egil Kristiansen



Kortreist bjørkebladte

Te av bjørkeblader smaker friskt – litt søtlig og bittert. La 1-2 spiseskjeer unge blader trekke i varmt vann i 5 minutter. Nyutsprunget blader plukkes på våren, når de ikke lenger er klissete. Bladene kan brukes ferske eller tørkes for lengre oppbevaring. Tørkes på et brett en solrik plass i vinduskarmen, eller i ovnen på svak varme. Oppbevares på en lys- og lufttett beholder. De ulike delene av bjørken har også blitt brukt i folkemedisinen i Skandinavia. Bjørkebladte er blandt annet kjent for å være urin- og svettedrivende.

Kortreiste hageplanter – helt gratis

Deling av stauder i hagen er enkelt og gir deg mange nye kortreiste planter, til eget bruk eller gi bort til andre. Tidlig vår er beste tide å gjøre det på, når planten har begynt å spire og fått litt blad. Da forstyrres blomstringen minst og planten får tid til å røte seg godt før vinteren. Planter uten pælerot (som løvetann) kan deles, men du bør ha med både rot og blad. Plantene som skal deles bør ha litt størrelse så der er nok til deling. Grav opp planteklumpen, legg den på siden, del den med hendene, en spade eller et grep. Sett alle nye planter i jord med en gang, like dypt som morplanten stod. Hold jorden fuktig til røttene får vokst ut og festet seg.



Foto Silje R. Kampester



Foto Jacob Harter

Økokjøring

Kjører du litt mer miljøvennlig kan du spare penger, redusere slitasje på bilen, og spare utslipp og energiforbruk med inntil 20 prosent. Kjør generelt jevnt uten for mye bremsing og la bilen rulle uten å gi gass når du kan – som når du kjører nedover. Kjør på høyt gir, det gir bedre energieffektivitet. Ha minst mulig vekt i bilen og unngå unødvendig bruk av skiboks. Høyere vekt på bilen gir økt energiforbruk og større utslipp. Ha rett trykk i dekkene og unngå å gå på tomgang. Noen trafikkskoler og kommuner tilbyr utfyllende kurs i økokjøring.

Sykle og gå mer til dine gjøremål – 30 minutters fysisk aktivitet daglig gir bedre helse

Biffen har sagt mø og poteter vokser i jorda



Når vi står mellom bugnende butikkhyller eller forsyner oss fra fulle fat i kantina, er det lett å glemme at bonden har verdens viktigste jobb og at mange har lagt ned en innsats for at vi skal ha mat på bordet. I prosjektet «Bærekraftig og lokal mat på folkehøgskolen» i regi av Framtiden i våre hender ønsker vi å gjøre noe med dette.

◀ Oppstartssamling med middag på gartneriet på Bygdøy Kongsgård.

Elevene bor og spiser alle måltider på folkehøgskolen. Sunne, smakfulle og bærekraftige måltider, kombinert med kunnskap, gir et godt grunnlag for gode matvalg seinere i livet. Elevene kommer tettere på maten, helt fra bonden setter pløgen i jorda, til maten er på bordet.

- Jeg ønsker at elevene får være med på kjøkkenet for å lage mat. Unge folk trenger praksis, ikke bare å høre, da soner de ut, sier Svend Toivo Bergheim. Han var utdannet kokk da han begynte på Seljord folkehøgskule og er stipendiat, 2.årselev. Svend har ansvar for valgfaget småmat. De har hørt så mye, de må gjøre noe aktivt, sier han.

Bærekraftig og lokal mat på folkehøgskolen

Skoleåret 22/23 er pilotår. Arbeiderbevegelsen, Elverum, Nordfjord, Rønningen, Seljord, Sogndal og Trondheimsfjord folkehøgskole er med. Ved at pilotskolene deler erfaringer og hva de ønsker, vil det bli laget et forslag til hvordan skolene kan sette mat høyere på dagsorden. 10. og 11. januar 2023 var skolene på oppstartssamling i Oslo.

Fra høsten 2023 kan alle folkehøgskoler som vil, bli med i prosjektet. Hva de så ønsker å legge vekt på, er opptil hver enkelt skole. Elevene skal være med å lage mat og kanskje kan de være med på dyrking eller kjøttproduksjon, kanskje sanke, fiske eller jakte. For noen vil det også være aktuelt å bidra til omfordeling av overskuddsmat. Teoretisk forståelse for mat og bærekraft er ikke nok. På folkehøgskolen har elevene en unik mulighet til å få praksis og mestringsopplevelser.

Mange folkehøgskoler gjør mye bra

Rannveig Hana er stipendiat på Trondheimsfjord og går på linja



Tekst
Astrid Bjerke

Prosjektleder
Framtiden i
våre hender

Wanderlust Øst-Afrika. Det har vært tørke i området i tre år, så klassen ønsket å sette fokus på klima. De har vært på gårdsbesøk og dumpsterdivet. - Vi stilte opp etter kl. 23 med hodelykter og fant mengder med brukbar mat i en konteiner utenfor en butikk. Maten vi laget ble bl.a. servert til ordføreren i Trondheim, Rita Ottervik. Studentlaget til Framtiden i våre hender var med på

markeringen, og NRK var også der forteller hun. - Ordfører Ottervik ville ikke smake, men sa at hun er enig i at det må jobbes for reguleringer for å redusere matsvinnet i næringslivet.

Rønningen folkehøgskole og Sogndal folkehøgskule er de første vinnerne av folkehøgskolenes bærekraftpris. På forskjellige måter følger de opp folkehøgskolenes



Bestemors
konservering
- hermetiserte
grønnsaker-
gammel
kunnskap blir
som ny.



Foto: Asta Skjerve

Om Plateful

- Norsk matgrossist som videreformidler brukbar mat som ellers kunne blitt kastet.
- I nettbutikken selger de råvarer fra kjente leverandører som av ulike årsaker ikke blir solgt i tradisjonelle salgskanaler.
- Leverer mat til kantiner, restauranter, hoteller etc.

«Alt godt» er slagordet til Plateful.

Kjøkkensjefene Tanita Opheim og Oskar Flymann på Sogndal og Rønningen folkehøyskoler.



bærekraftvedtak fra 2019. Begge skolene legger vekt på bærekraftig mat, og involvering av elevene.

Da Oskar Flymann begynte som kjøkkensjef på Rønningen, var han ambisiøs og ønsket å gjøre skolen vegansk med en gang. Han fikk mye motbør. Rønningen har flere idrettslinjer og mange elever vil ha mye kjøtt. Etter hvert har Oskar oppdaget at han må venne elevene til nye smaker og menyer og gradvis få inn forståelsen for at kjøtt er «krydder» i et ellers fullverdig måltid.

- Skolen er elevenes hjem det året

«På Rønningen Folkehøyskole er de

opptatt av å ikke kaste mat. De har

restemiddager inntil to ganger i uka og

i tillegg har de ofte rester til lunsj.»

de går her og elevene må få eierskap og forståelse for valgene kjøkkenet tar, mener han.

På Rønningen er de opptatt av å ikke kaste mat. De har restemiddager inntil to ganger i uka og i tillegg har de ofte rester til lunsj. De får mat fra Plateful (se faktaboks), på den måten sparer de penger og bidrar til å bruke mat som ellers ikke ville blitt spist.

- En utfordring kan være at maten det blir rester av, er noe elevene ikke synes er så godt. Hvis de ikke liker det, hjelper det ikke å gi det som restemiddag, særlig hvis det for eksempel er en gryterett det ikke er så lett å lage noe nytt av, sier han. Elevene kan ønske seg retter i en egen app og påvirke matvalget.

Matauk på Sogndal

På Sogndal folkehøgskule bruker kjøkkenet tid i starten av skoleåret for å fortelle hvordan de tenker, og

«Teoretisk forståelse for mat og bærekraft er ikke nok. På folkehøgskolen har elevene en unik mulighet til å få praksis og mestringsopplevelser.»

Om prosjektet

«Bærekraftig og lokal mat på folkehøgskolen» ledes av Framtiden i våre hender og er finansiert av Sparebankstiftelsen og Bergesenstiftelsen. Prosjektet avsluttes våren 2026, men målet er at det skal leve videre på skolene.

Ta gjerne kontakt med prosjektleder
Astrid Bjerke astrid@framtiden.no



Foto Åsta Skjervev

hvilke valg de tar. De opplever lite klager og spørsmål om maten, og at elevene kan minne hverandre på hva de hørte i begynnelsen av året når noen har spørsmål. – Vi prøver å tenke bærekraft i alt vi gjør. Arbeidsgleden vår ligger i hva vi kan gi elevene, sier Tanita Opheim, kjøkkensjef på skolen.

Elevene på Sogndal presser juice av epler de høster på skolen og hos

naboer. De plukker også poteter som ligger igjen på jordet etter at bonden har kjørt potetoptageren. – Vi har fem sorter egenprodusert syltetøy og mye sylta løk og grønnkål fra kjøkkenhagen, forteller kjøkkensjefen. Hver høst har vi to uker der elevene høster mat til kjøkkenet. Ukene avsluttes med en egen høstfest der elevene forbereder maten, avslutter hun. ■



Foto Åsta Skjervev

11 prosent av norsk ungdom går på folkehøgskole

I Norge har vi 86 folkehøgskoler. Fra Svalbard, Pasvik og Alta i nord til Mandal i sør. Mange ligger landlig til. Skoleslaget har mer enn 150 års historie i Norge.

De fleste folkehøgskolene har 18 års aldersgrense. Ca. 11 prosent av ungdommene i Norge går på folkehøgskole. Mange går der etter videregående.

Folkehøgskolens formål er å fremme allmenndanning og folkeopplysning. I 2019 vedtok folkehøgskoleorganisasjonene Folkehøgskolenes bærekraftvedtak som bl.a. sier at: folkehøgskolene skal ha som mål om å kutte klimagassutslippene med 40% innen 2030 og at de skal utarbeide en årlig klimaplan og strategi for å nå bærekraftmålene. Det skal deles ut en bærekraftspris til en skole hvert år.

Tidligere hadde skolene fag som matproduksjon og matlaging som en del av allmenndanning og folkeopplysning. Disse fagene falt etter hvert ut. Med den nye bærekraftsatsingen, har dette igjen blitt aktuelle temaer i aktivitetsuker, fellesfag og valgfag.

Små, viktige skritt mot store løsninger

Det er millioner av vanlige folk som sammen kan løse klimakrisen. Jeg støtter en «Du betyr noe»-bevegelse. Det er det jeg tenker Framtiden våre hender gjør, dere er endel av en slik bevegelse.»

Er det et yoghurtglass fra Frankrike?, spør hun meg i det jeg går inn på kontoret hennes. Karen O'Briens intense blikk er festet på kaffekoppen min av lyseblå keramikk.

– Du sparer plast på den måten!, sier hun, og jeg legger til at selv pappkoppene har litt plast i seg, slik at kanten rundt koppen skal bli litt diggere å drikke av.

Samtalen om klima, natur og samfunnsendringer er allerede i gang.

Det er en samtale Karen O'Brien har mange innganger til. Gjennom 35 år som klimaforsker har hun studert alt fra store værsystemer til menneskers potensiale til å forandre verden.

På slutten av 1980-tallet fordyppet hun seg i globale modeller for klimaendringer og konsekvenser for jordbruk. Hun studerte egentlig internasjonal politikk, og så for seg en framtid i det amerikanske utenriksdepartementet. Så gikk hun dypere og dypere inn i miljøspørsmål som sårbarhet, rettferdighet og tilpasning til klimaendringer. På midten av 1990-tallet flyttet hun fra USA til Norge.

– Etter hvert ble det litt, «ok, vi vet hva klimaendringer betyr for folk, men hva kan vi gjøre?» Den beste tilpasningen vi kan gjøre, er å tilpasse oss ideen at vi endrer et stort system, et klimasystem.

Det var kanskje ikke så vanlig å snakke om for tretti år siden?

– Det var alle disse listene med «100 ting du kan gjøre for miljøet», men det var alltid redusert til enkeltmennesket. Med filmen The Inconve-

nient Truth av Al Gore også. Her har du de store globale problemene og alle mektige interessene bak. Men du kan sykle!

Og den filmen kom 20 år senere, i 2006?

– Ja, og slik var det gjennom hele 1990-tallet. Men vi visste at det var et stort problem med systemet. Det er koblingen mellom hva jeg gjør, hva vi gjør, og til systemendringene vi trenger, som jeg interesserer meg for, sier hun.

– Så for femten år siden dreide jeg arbeidet mitt inn på at vi må transformere alt, sier O'Brien.

Det er her de hverdagslige samtalerne om klima, natur og miljø er viktige for Karen O'Brien. Endringene helt opp på systemnivå starter nemlig her, mener hun.

Vi skal snart komme tilbake til hva disse systemene egentlig er for noe. Men først må vi dvele litt ved ordvalget hennes. Transformere, sier hun. Omforming, omdannelse, forvandling. Det er ingen lek.

Jeg er tidligere elev av deg, og jeg husker at du snakket om det du kalte sosial transformasjon. Vi var overrasket over å høre den holdningen i en forelesningssal. De siste årene virker det som det har tatt større plass i arbeidet ditt, blant annet med boka «You Matter More Than You Think» fra 2021. Her snakker du om å se verden på en annen måte, som gjør at samfunnsendring ikke blir så umulig likevel. Hvordan forandring skjer gjennom meg og alt det jeg er forbundet til. Hvorfor ville du skrive denne boka?

Tekst
Petter Slaa-
trem
Titland

– Det er veldig lett å forstå at det jeg gjør, påvirker klimasystemet i negativ forstand. Men vi tenker ikke motsatt, at de gode tingene jeg gjør faktisk bidrar til bærekraft. Det er et paradoks. Vi tenker på oss selv som små, som adskilt fra hverandre. Vi tenker ikke på at det jeg gjør påvirker framtidige generasjoner, eller mennesker på andre siden av kloden, at vi er en del av en helhet. Rundt om i verden er det antageligvis mange mennesker som har samtalen som vi har nå.



Karen O'Brien mener vi ofte undervurderer vår egen kraft til i påvirke.



Foto: Celine Bergundhaugen



► - Vi kommer til å få en mye større forståelse for sosiale relasjoner. Hva om vi undervurderer den kollektive kapasiteten til sosial forandring?, sier hun.

Og hold deg fast, til og med klimaforskeren har lurt på om hun betyr noe i den store sammenhengen. Hun som utdanner hundrevis av miljøbevisste og kritiske samfunnsborgere, og som har vært hovedforfatter bak flere kapitler i FNs klimarapporter.

- En del av grunnen til å skrive boka var å sortere i mitt eget hode. Betyr jeg noe? Det tror jeg det er mange som strever med, når vi ser hva som skjer i verden. Vi tar tre skritt fram, og fem tilbake. Det er hjerteskjærende. Samtidig er det mange millioner mennesker som virkelig bryr seg, som tar utgangspunkt i egne verdier som rettferdighet, likhet og medfølelse. Hvordan kobler vi oss på det, spør hun.

- Det starter med hvordan jeg relaterer meg til andre. De som ikke er enige med meg, til naturen, til framtiden, til forandring i seg selv. Mange tror «jeg er for liten, vi kan ikke forandre noe, det er allerede for seint». Vi har alle disse antagelsene. Den eneste måten å takle det på, er å tenke annerledes.

Vil endre samtalen

Å tenke annerledes for Karen

«Det er koblingen mellom hva jeg gjør, hva vi gjør, og til systemendringene vi trenger, som jeg interesserer meg for.»

O'Brien betyr å utfordre det som kalles paradigmer. Et paradigme er et tankesett som legger grunnlaget for vitenskap, politikk og praksis i et samfunn. Tankesettet bestemmer hvilke problemer som blir snakket om, og hva som blir sett på som realistisk, legitimt og effektivt.

- Det er viktig å tenke oss til framtiden. Når folk ser tilbake, hva sier de at vi ikke var i stand til å se? Jeg kan ta et steg ut av paradigmet. Jeg kan ta med min egen kaffekopp, sier hun.

På et øyeblikk går samtalen fra store abstrakte spørsmål og ned i en kaffekopp. Ingenting er for stort, og ingenting er for smått for Karen O'Brien. Kaffekoppen er nemlig også en del av systemet. Hun trekker linjene videre. Hverdagslige gjøremål er selve utgangspunktet for forandring. - Hvordan jeg spiser er en del av et system. Hva tar jeg med på neste

fotballsamling? Vi har hele tiden mulighet til å endre samtalen.

Alle handlinger starter med en samtale?

- Da jeg flyttet til Norge var det umulig å være vegetarianer, men det er lettere nå. Jeg skulle gjerne syklet i Florida, men det er livsfarlig, jeg trenger sykkelveier og dusj på jobb. Du må ha infrastruktur, regler og reguleringer, men vi endrer dem ved å endre kulturelle og sosiale normer. Vi gjør det et skritt om gangen, en samtale om gangen.

Du nevner sykling, og her er det nok mange som lett kan føle at det er et stort gap mellom de store problemene og de små handlingene. Leseren som har dette bladet i hånda har tatt et valg og blitt medlem hos oss, men har kanskje problemer med å se hva mer man kan gjøre for å oppnå store, strukturelle endringer, som å få slutt på overforbruket eller slutte å lete etter olje. Her kan enkeltpersonen fort føle seg liten. Hva vil du si til dem?

- Jeg vil understreke at alle mennesker har en påvirkningssfære. Men alle sier «å, jeg vet ikke».

O'Brien forteller om han som besøkte Svalbard, og ble rystet. Da O'Brien spurte hva han skulle gjøre da han kom hjem, var svaret å kjøpe en mer energieffektiv vaskemaskin.

- Men du er direktør i et selskap med 40.000 ansatte! Vi ser ofte ikke systemet vi er en del av. Du kan

Mange tror «jeg er for liten, vi kan ikke forandre noe, det er allerede for seint». Vi har alle disse antagelsene. Den eneste måten å takle det på, er å tenke annerledes.

«Det er ikke bare
det at jeg spiser et
økologisk eple, men
det er jeg som stiller
et spørsmålstegn
ved at vi importerer
epler fra Chile, mens
vi dyrker epler i
Asker.»

Foto: Celine Bergundhaugen

utfordre dine egne antagelser, som frykten for å bli latterliggjort om du foreslår sykkelparkering i parkeringshuset. Derfor er eksperimenter med forandring viktig, sier hun.

En helhet i bevegelse

Sammen med kollegaer innenfor klimafeltet driver O'Brien stiftelsen Cchange, som blant annet kurser skoler, bedrifter og offentlige institusjoner i omstilling. Her er eksperimenter med forandring en viktig del av arbeidet. Deltagere blir bedt om å velge seg ut én forandring i livet sitt, og holde på den i 30 dager. Målet er å få folk til å føle på hva som skjer både praktisk og mentalt når de forandrer vanene sine.

Tusenvis av mennesker har vært gjennom eksperimentet. Endringene kan være å legge om kostholdet, endre reisevaner, eller prøve shoppestopp.

- Det er ikke bare det at jeg spiser et økologisk eple, men det er jeg som stiller et spørsmålstegn ved at vi importerer epler fra Chile, mens vi dyrker epler i Asker. Vi ser at vi kan få fram en dypere samtale om hva som er mulig. Studenter har gått i dialog med kantinesjefer om å gjøre mer enn bare kjøttfrie mandager, og får høre at de vil jobbe med det. Bærekraft er en større samtale om hva slags verden vi vil leve i. Du kan ➤





være en del av den samtalen, eller du kan la være.

Det er kanskje et tips til leseren. De kan snakke med hverandre om hva de gjør, eller hva de tenker burde være annerledes?

- Ja, og om hva som fungerer, og hva som ikke fungerer – og hvorfor. Når du engasjerer deg i systemendringer og tenker på deg selv som en viktig del av det, kan det være myndiggjørende, sier hun.

- Vi kan se på samfunnet som en stor helhet i bevegelse. Hva er din rolle, da? En person, en organisasjon, kommunen, Norge, Europa: hvordan kan jeg hjelpe til å forandre mønstre. Hvor kan jeg ha den største påvirkningen?

Det er nesten som jeg kan se for meg millioner av mennesker dra i samme retning når Karen O'Brien snakker.

Dragkamp om verdier

En undersøkelse Norstat har gjort for NRK viser at 52 prosent av 16-20 åringer har endret noe i sitt eget liv på grunn av klimaendringene. Halvparten av ungdommene altså omstille seg personlig. Samtidig underslår ikke O'Brien motkreftene.

- Folk som vil beholde «status quo» bruker mye energi på å holde på ting som de er, sier hun.

- Systemene kommer fra folk med interesser og makt. Det er mange i miljøbevegelsen som sier vi må ha

håp, men nei, vi må strategisk designe for systemendring. Enkeltpersoner som gjør forandring er første steg, det er en inngang. Det handler ikke om individuell handlekraft, men om individuell og kollektiv handlekraft for systemendring på samme tid.

- Ikke alle bryr seg om det blir fire graders oppvarming. De vil ha en bunker i ørkenen, eller lete etter gull under grønlandsisen. Hvem sine verdier er det som teller? Hva vi gjør kommer til å bli husket av framtidige generasjoner. Framtidige generasjoner kommer til å være takknemlig for alle som gjorde noe, stort og smått. En liten handling kan være å sette seg ned foran parlamentet i Sverige, men det førte til en stor handling. Å «dumpstre» i en søppeldunk virke som et symbolsk stunt, men det kan føre til storskala forandringer, sier hun.

Framtiden i våre henders arbeid for en matkastelov passer godt inn i tankegangen til Karen O'Brien. Over hele landet «dumpstrer» nordmenn for å redde mat fra å bli kastet. Butikkansatte på Coop Mega Kolbotn har gjennom egne initiativ hindret over 3 tonn mat fra å bli kastet i fjor. Politikere prioriterer saken i forhandlinger. Samtidig jobber toppen av dagligvarekjedene mot en forpliktende matkastelov. Framtiden i våre hender fikk nettopp plass i utvalget som skal utarbeide et lovforslag. Resultatet av dragkampen får vi neste år.

Framtiden i våre henders arbeid for en matkastelov passer godt inn i tankegangen til Karen O'Brien.

«En liten handling kan være å sette seg ned foran parlamentet i Sverige, men det førte til en stor handling. Å «dumpstre» i en søppeldunk virke som et symbolsk stunt, men det kan føre til storskala forandringer.»



Foto: Celine Bergundhaugen

«Det handler ikke om individuell handlekraft, men om individuell og kollektiv handlekraft for systemendring på samme tid.»

*Du ble kåret til årets foreleser i 2015.
Da jeg studerte husker jeg du viste oss
en video av barna dine på slutten av
aller siste forelesning.*

Oh yeah?

*De hadde laget videoen selv, og viste
triks på en trampoline med musikk
lagt over, en slags musikkvideo. Husker
du det selv?*

Nei? Var det ikke på ski?

*Nei, det var på en trampoline. De slo
salto og alt. Siden du ikke husker det,*

*får jeg kanskje ikke svar på spørsmålet.
Det som imponerte oss mest, var at du
risikerte å dumme deg ut. Du sa jo in-
genting. Nå har jeg sjansen til å spørre.
Hva ville du kommunisere?*

Oh, gosh, det er så morsomt, jeg har fullstendig glemt det. Men det er den menneskelige dimensjonen av saken. Jeg har grått når jeg har redigert rapporten for FNs klimapanel på fredagskvelden, som forteller om sannsynligheten for to meters havnivåstigning. Vi er bare mennesker, og det er vanskelig å være menneske noen ganger, men det er viktig å «show up». Vi gjør det for barna våre.

De kommer hvert fall til å takke deg for innsatsen. Håkan Hellström sier at barna er dommeren og juryen. De får jo rett.

Hvor gamle er barna dine?

Fem og to. Det er de som kommer til å oppleve alt det vi gjør nå. Generasjonen som kommer til å erfare det er allerede her.

*Jeg håper vi kan være enige i at det
går riktig vei. Hva skal du gjøre i dag?*

Jeg har et møte med en som har lest boken min, han jobber for Nike i Nederland, men han er i Oslo og ville gjerne ta en kaffe. Jeg skal være med på doktorgradeksamen i Mexico, og jeg skal gjøre glosser for naturpanelet. Jeg leder glosegruppen. Ord betyr noe, folkens! Vi skal legge inn ord fra andre kulturer!

*Han fra Nike, er han høyt oppe
i systemet?*

Jeg vet ikke, jeg tror ikke det, men jeg tar meg tid til å møte ham fordi jeg tror det er mange som har gått langs en vei og funnet ut at dette er ikke i tråd med hva jeg vil gjøre. Jeg støtter en «Du betyr noe»-bevegelse. Det er det jeg tenker Framtiden i våre hender gjør, det er den bevegelsen. ■

Petter Slaatrem Titland er presseansvarlig i Framtiden i våre hender og tidligere student av professor og klimaforsker Karen O'Brien.

Norges første urbane folkehøgskole
— med det grønne skiftet som læreplan og byen som klasserom

StUF Stavanger
Urban
Folkehøgskole •

Urbant landbruk
ReDu: Design & Redesign
Mat for fat
Minihus & urbanisme
Programmering & utvikling
Byen & kunsten
Sosialt entreprenørskap & ledelse
Foran og bak kamera
Surf & friluft
Børøking
Stipendiatlinje

stufskole.no

DUMPSTER DELI DAGLIGVARE

VELKOMMEN TIL NORGES MINSTE MATBUTIKK





Tekst
**Elin Espmark
Wibe**

Elin Espmark Wibe jobber som kommunikasjonsrådgiver i Framtiden i våre hender. Hun har studert International Relations ved SOAS, og har en mastergrad i digital journalistikk fra Goldsmiths University of London. Hun har tidligere jobbet i The Economist og Metro.co.uk

Foto: Terese Samuelsen

Line Gilberg og Marte Fordal Meland klar for innsats i Trondheim.

Et grønt neonskilt skrus på, og Dumpster Deli Dagligvare er offisielt åpnet. Kanskje Norges minste matbutikk – og med sikkerhet den første i en søppeldunk. Innehaver: Framtiden i våre hender.

En hvit varebil følger morgentrafikken ned mot Oslo sentrum. Sjøføren skal denne januarmorgenen levere varer til dagligvarebutikken som noen minutter skal åpne for aller første gang.

Bilen rygger opp en liten bakke, før matbutikkens nye medarbeidere begynner å pakke ut varene. Brød, frukt og yoghurter plasseres i de plassbygde hyllene mens en morgenfugl i et par raske joggesko rykker på nesa og løper forbi.

For dette er ikke en vanlig matbutikk.

Et grønt neonskilt skrus på, og Dumpster Deli Dagligvare er offisielt åpnet. Kanskje Norges minste matbutikk – og med sikkerhet den første i en søppeldunk.

En systemfeil

Det er ingenting i dag som hindrer matbransjen i å kaste mat. Samtidig bryter paradoksalt nok «dumpsterdivere» (noen ganger omtalt som «søppeldykkere») loven når de redder maten fra butikkenes søppeldunker.

Disse snodige reglene er et symptom på et mye større problem med matsystemet vårt.





Hos Dumpster Deli, den grønne søppeldunken med neonskiltet, kan hvem som helst forsyne seg med mat reddet fra vanlige matvarebutikker kastefest.



Foto: Public Studio Hung Pham



➤ Dette er et problem som kommer med en dårlig og en god nyhet. *Først til den dårlige:* Hvert år kastes det nok mat i Norge til å mette over 1 million mennesker. Over halvparten av maten kastes før vi engang har fått det med i handleposen hjem. Pall på pall med mat havner i dunker fordi butikkene tok inn for mye, fordi designet har blitt endret eller kanskje fordi kjøpmannen ble pålagt av kjeden ta inn en type vare få av kundene hennes vil ha.

Andelen mat som går i søpla står for 8-10 prosent av det totale menneskeskapte klimagassutslippet. FNs bærekraftsmål slår fast at vi er nødt til å halvere matsvinnet innen 2030 som et enormt viktig tiltak for å begrense global oppvarming.

Så til den gode nyheten:

En halvering av matsvinnet er faktisk ikke bare vurdert som ett av de mest effektive tiltakene for å redusere klimagassutslippene våre, men også ett av de billigste. Vi trenger bare politisk vilje.

«I flere uker har Framtiden i våre hender delt ut kokosboller, lammestek og epler til køer av nysgjerrige kunder.»

Gratis mat

Hos Dumpster Deli, den grønne søppeldunken med neonskiltet, kan hvem som helst forsyne seg med mat reddet fra vanlige matvarebutikker kastefest.

I flere uker har Framtiden i våre hender delt ut kokosboller, lammestek og epler til køer av nysgjerrige kunder.

Mat det har gått enorme ressurser inn i å produsere, men som vi likevel har vært nødt til å redde fra en søppeldunk. Nå kan den heller havne middagstallerkener. ■



Foto: Public Studio Hung Pham



Foto: Public Studio Hung Pham



Vi trenger en matkastelov!

Dumpster Deli får leve videre i ulike deler av landet som pop-up butikk. Men dette sløseriet med mat er ikke noe en dunk med neonskiltet kan løse på sikt. Framtiden i våre hender har i årevis jobbet for å få på plass en matkastelov. Og vi har aldri vært nærmere enn nå. I disse dager starter regjeringen arbeidet med denne loven.

Det er helt avgjørende at vi får en effektiv og forpliktende lov som gir tvinger matbransjen til å forebygge matsvinn og pålegge donasjon når det er mulig.

Er du også lei av 3 for 2-salget du kjøpte fordi det virket billigere, men to gikk i søpla? Lei av familiepakker på maten du ville spise alene? Frustrert over den enorme mengden mat dagligvarebutikkene kaster hver dag?

Da håper vi du vil støtte oss i kampen for en knallgod matkastelov, og skriver under på framtiden.no/matkastelov.



Foto: Public Studio Hung Pham

I flere uker har Framtiden i våre hender delt ut kokosboller, lammestek og epler til køer av nysgjerrige kunder.



Hos Dumpster Deli, den grønne søppeldunken med neonskiltet, kan hvem som helst forsyne seg med mat reddet fra vanlige matvarebutikkers kastefest.



Tips og tekst
Nini Hæggernes

Din ferie kan etterlate store eller små klimaavtrykk. Det blir heldigvis stadig enklere å velge en mer bærekraftig ferie, med små avtrykk. Utforsk Norge, opplev naturen eller dra på eventyr i Europa. Her er noen tips til en grønnere ferie.

✓ VANDREFERIE LANGS DEN TRONDHJEMSKE POSTVEI

Den gamle postveien mellom Bergen og Trondheim ble etablert på slutten av 1700-tallet, da posten ble fraktet på hesteryggen, til fots eller med robåt. Veien la løpet for deler av det som i dag er E-39 i området, og riksvei 57 og 60. Så mye av den kulturhistoriske postveien ligger i dag under asfalt. Men deler av den gamle ruten er fortsatt intakt, og grep for å bevare og vedlikeholde veien er gjort flere steder langs ruten. En vandreferie langs hele eller deler av ruten gir en kulturhistorisk opplevelse gjennom storslått natur, fjorder og fjell.

Mer informasjon finner du på www.postvei.no



Foto Flickr CC

Foto Ingrid Næstad Flickr CC



OFOTBANEN – NORD-NORGES SKJULTE PERLE

Norges nordligste jernbane strekker seg 43 kilometer fra Narvik i Nordland til Bjørnefjell ved riksgrensen til Sverige. Jernbanen går videre til Kiruna inn i Sverige. Ofotbanen omtales som en av de mest spektakulære jernbanestrekninger i verden, med ruvende fjellformasjoner, fantastisk utsikt og dramatiske fossefall. Til Kiruna kommer du med tog fra Oslo via Stockholm. Den 954 km lange togreisen gjennom Sverige er en opplevelse i seg selv. Fra Narvik står flere opplevelser i kø i Nord-Norge, hvis man ønsker det. Se midnattsol, dra på hvalsafari eller gå Norge på tvers fra Narvik til svenskegrensen når du skal ta toget til Stockholm igjen. Sjekk arktiske eventyr i Nord-Norge på visitnorway.no.



TA NATTOGET TIL EUROPA

Nylig startet Sveriges grønneste reiseselskap SJ med nattog fra Stockholm til Hamburg. Ta toget fra Oslo til Stockholm på dagen, en reise på 5,30 time. Fra Stockholm går nattoget kl.17.34. Reisen går om natten via Malmö, København og Odense, for du våkner opp i Hamburg på morgenen. Fra Hamburg er det lett å ta seg videre med tog i Tyskland eller til resten av Europa. Billetter til tog via Sverige kan kjøpes på www.omio.no

ferie

▶ CAMPING I NORSK NATUR

Camping og hengekøyeferie i norsk natur er fine opplevelser for store og små. I Norge er vi nemlig så heldige å ha Allemannsretten. Den gir oss retten til å ferdes, oppholde oss og høste av norsk natur. Og man trenger ikke reise langt for å få en fantastisk ferie. Men der er plikter som følger med Allemannsretten, som er viktig å overholde og lese seg opp på, før man tar en naturferie. Du har lov til å telte i utmark uten grunneierens samtykke i inntil to døgn i lavlandet. På høyfjellet og langt fra bosatte områder kan du telte i mer enn to døgn. Om ikke annet fremgår av forskrift skal du aldri sette opp teltet nærmere enn 150 m fra hus eller hytte der det bor folk, og du må passe på at du setter opp teltet slik at det ikke skader ungskogen. I noen markaområder, friluftsområder og naturvernområder kan det være forbudt å telte eller området kan ha spesielle regler for telting. Undersøk derfor om det er forbudsområder eller andre spesielle regler der du skal telte. Man skal også opptre varsomt i naturen, ikke etterlate spor og ta hensyn til grunneier, mennesker, dyr og hverandre. Sjekk plikter i Allemannsretten hos Miljødirektoratet.



Foto Flickr CC

▼ RYGGSEKKTURISME FOR VOKSNE

Joda. Med en ryggsekk på ryggen kan du loffe rundt, uansett alder. Og du kan velge å gjøre det så miljøvennlig som mulig. Du trenger nemlig ikke reise lengst mulig for å dra på Backpacking. Med en interrailbillett kommer du Europa rundt. Billetter og egne priser finnes for ungdom, voksne over 28 år og senior over 60 år, og kan kjøpes på www.interrail.eu eller www.europarundt.no. Den Norske Turistforening arrangerer også ryggsekkture i Norsk natur, for voksne og senior. Turene er merket med ulike vanskelighetsgrader.



Foto Flickr CC



KOLLEKTIV REISEPLANLEGGER

Med www.entur.no sin reiseplanlegger finner du en oversikt over Norges kollektivtilbud. Planleggeren setter sammen forslag til din reise med buss, tog, ferger, trikk og bane, med mer.

8

TING Å HUSKE HVIS DU SETTER OPP TELT I UTMARK

- Bruk etablerte raste- og teltplasser der dette er mulig.
- Vær forsiktig med ild og slukk bålet helt før du forlater det.
- Ikke skad trær når du skal finne ved til bålet – bruk tørre kvister som du finner på bakken.
- Du må ikke legge bålplassen rett på svaberget slik at berget sprekker.
- Legg teltplassen slik at du ikke forstyrrer dyre- og fugleliv, særlig i yngle- og hekketiden
- Ikke lag varige spor i vegetasjonen eller terrenget.
- Ikke forstyrr husdyr på beite.
- Respekter andre brukeres behov for avstand til nabotelt og å ha det stille rundt seg.



SMÅTIPS TIL EN MER MILJØ- OG KLIMAVENNLIG FERIE

- Reis kollektivt med tog eller buss, sykle eller gå når du kan.
- Reis kort. Du trenger ikke reise langt for å få gode opplevelser.
- Velg miljøsertifiserte hoteller, reisearrangører og tjenester. Miljømerket Svanen, Miljøfyrtårn, Norsk Økoturisme og ISO 14001 er noen av av merkeordningene som finnes.
- Støtt opp om små lokale bærekraftige aktører når det gjelder reisemål, mat og opplevelser. Både i Norge og utlandet. Da støtter du også opp om lokalsamfunn.
- Unngå dyrerelatert underholdning og suvenirer. Handel med truede arter og dårlig dyrevelferd er dessverre vanlig mange steder.
- Unngå å ta med ting som blir til avfall i det landet du skal til. Mange land har ikke god nok avfallshåndtering, slik vi har i Norge. Bruk miljømerket solkrem som er uten skadelige miljøgifter. Som for eksempel Svanemerket solkremer. Eller bruk solhatt og dekk kroppen med klær.



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.



Bank og slå

– for god smak å få

Et av verdens eldste kjøkkenredskaper hører hjemme i ethvert moderne hjem. Så deilig det er å slå seg løs på kjøkkenet - og samtidig få ut litt oppdemmet aggresjon.

Vi kan øse litt av Østen

Og når vi først er der, i en butikk hvor nysgjerrige matentusiaster fort bruker en time på å undersøke, og ikke minst undres over, det store og rare utvalget - da må vi jo shoppe noen spennende råvarer til choppingen!

(Og greit nok, her er det ikke mange Nyt Norge-merkede råvarer, men det er ikke akkurat disse grønnsakene som står i veien for en høyere grad av grønn og norsk sjølforsyning, så jeg lar det stå til.)

Mine anbefalinger, i kortversjon, av noen thai- ingredienser som garra vil gjøre all matlaging morsommere:

Kaffirlimeblader: Har en sterk, dyp og spesiell sitrussmak. Gir utrolig smak til thaisupper. Folk som har vært der de vokser vilt, vil få så gode minner.

Hel koriander: Med blader og rot. Roten er kjempegod finhakket og stekt. Så forunderlig at vi bare bruker bladene her hjemme, og da gjerne i hurtigvoksende pletter.

Sitrongress: Det visste du vel? Men visste du at det bare er den nederste tredjedelen som brukes, og at de ytterste lagene skal skrelles vekk før hakking?

Thaibasilikum: Den mye kulere enn vanlig basilikum, søtere, med smak av anis og lakris. Fetteren dens, som kalles hellig basilikum, har en sterk, pepperaktig smak.

Galangal: Som mange feilaktig bytter ut med ingefær i asiatiske oppskrifter. Denne smaker helt annerledes, og det er kulere å gå andre veien, bruke galangal i retter der man ellers bruker ingefær.

Langbonner: De grønne belgfruktene er gjerne godt over en halvmeter lange, og dem kan du smatte lenge på, søte og forunderlige.

By the way, som det heter på internasjonalsk: Hvorfor ikke være to eller flere som kommer sammen med hver sin morter en kveldsstund? Banking av krydder og grønnsaker blir fort en sosial høytid.

Til slutt: Om du banker sammen den grønne curry-pastaen jeg beskriver her, så sprer den liflige duften seg til alle husets krokar. Det er et så stemningsfullt, så zen-aktig beroligende. Og som bonus gjør lukten at du slipper å vaske huset til helgen!

- Skulle fått deg en omgang du, med god og gammeldags bank!

Slik kan vi saktens tenke langt inni oss, vi miljøforkjempere, når vi konfronteres med noen skikkelige miljøsvin av noen medmennesker. Og det gjør vi jo i ny og ne, både privat og offentlig. Frontene kan noen ganger være harde, selv i en tid der klimaendringene burde fått absolutt alle til å skjerpe seg.

Da er det godt å rigge seg til ved kjøkkenbenken, finne fram en solid morter - og så kline til, banke og slå på en ikke-voldelig måte. Slik omsettes vår slagferdighet til å bli gullegod mat, og ikke blåmerker på meningsmotstandere.

Smaken av et smil

Det var da jeg hadde gleden av flere opphold i Thailand, for å skrive en kokebok, at jeg virkelig skjønte det. Der i gården begynner all matlaging med at man klinker til med en krydderblanding i morteren, og det gjøres helst utendørs, mens man hilser blidt og beskjedent på passerende naboer.

Jeg husker så godt og gledelig at da jeg våknet i bambushytta på en øy i den sørlige delen av landet, var det alltid til lyden av en jevn dunking fra de mildt sagt klimavennlige kjøkkenmaskinene. Fra alle kanter hørtes den rytmiske lyden av at en ny og smakfull dag var i emning.

Her lærte jeg å slå sammen galangal og korianderrotter, hvitløk og chili. Lukten alene ga meg et

tindrende hint om hvorfor Thailand kalles «smilets land» - man bare må glise, der man står og stamper. Og ikke en kjeft hadde trodd meg om jeg hadde fortalt at hjemme, der står norskingene i kassakø for å kjøpe små poser med ferdige krydderblandinger med navn som «pizzakrydder».

Steinbra

Dette med å bruke en morter i matlagingen, er nettopp en smakssak. Bare når krydderne knuses, kommer smakene skikkelig fram - men de forsvinner igjen med tiden, så nyknust er alltid best. Det samme gjelder urter, fibre må knuses for at smakene skal sive skikkelig ut.

Morteren, med røtter tilbake til prehistorisk tid, er enkel å få tak i, også her i strøket. Men husk: Den skal være hugget i stein, så å si bokstavelig. Varianter av jern og messing, som du kan nappe til deg i enhver kjedebutikk med kjøkkenutstyr, er mer sammenlignbare med porselen. Ok, de kan duge til å mose frukt og mindre kryddermengder, men er ellerst mest til pynt, har jeg erfart.

Det er stein som gjelder, og her i steinrøysa må vi da oppsøke en av de etterhvert mange butikkene med asiatiske råvarer. Der får du en stor kvalitetsmorter for rundt 400 kroner. Altså omtrent halvparten av det vi må ut med for én times aggresjonsterapi hos en psykolog.

Aller koseligst, og mest effektivt, er det når man er flere som kan dunke sammen.





Foto: Yngve Ekern

➤ Grønn curry-pasta

Det finnes to typer curry-pasta. Den du kjøper på glass, og den du lager selv - som er ekstra krydret med stolthet og selvtillit. Her er min autentiske pasta, som blir en såkalt penang-curry om du også tilsetter en neve usaltede peanøtter.

1 ts korianderfro

2 ts spisskommenfro

1 ts pepperkorn

Salt og pepper

4 stilker sitrongress (bare den tykkeste, nederste tredjedelen, ta vekk det tørre)

5 cm galangal, skrelt og finhakket

2 cm fersk gurkemeie, skrelt og finhakket (Bruk gummihandsker, denne har et fargestoff som gjør deg gul på fingrene i et par dager - akkurat som hos gamle, rullingsrøykende fylliker!)

1 ts finrevet skall av kaffirlime, eller vanlig lime

5 thaisjalott, eller en halv rødlok, finhakket

10 fedd hvitløk, lett knust med flatsiden av en kniv og finhakket

8 store grønne thai-chilier, finhakket

15 korianderblader, finhakket

15 blader søt basilikum, finhakket

4 korianderrotter, lett knust med flatsiden av en kniv og finhakket

1 ts rekepasta (på glass, men ikke lukt på den, bare hiv det oppi!)

Til arbeid!

Her er tre tekniske råd verd å lytte til, følg dem, så du unngår unødvendig fikling:

- Når du lager currypasta, skal de tørre ingrediensene først ristes litt i en panne på nokså sterk varme, under omrøring, de største først. Disse skal også først i morteren og knuses før du har i alt det andre.
- Ha som hovedregel at ingrediensene skal i morteren i samme rekkefølge som i oppskriften, en om gangen. Bruk en skje til å skrape ned mosen som legger seg opp langs kanten av morteren.
- Dersom du lager store doser (og det bør du jo, så du har currybasis klar i fryseren når du plutselig blir fysen på den varmende smaken), er det best å banke noen av ingrediensene hver for seg, og så banke dem sammen med det andre til slutt, slik at morteren ikke blir for full og klinete. Med stappfull mortar blir det vanskelig å få most alt skikkelig.

Alle ingredienser må skjæres, kuttes og hakkes før arbeidet virkelig begynner. Ha alt i små skåler som du velter oppi morteren etter hvert. Selve work-out'en, bankingen, tar vel rundt en times tid, så før matlagingen opp som «trening» i din digitale dagbok. ■

Om du banker sammen den

grønne curry-pastaen jeg beskriver

her, så sprer den liflige duften

seg til alle husets krokar. Det er

et så stemningsfullt, så zen-aktig

beroligende.

Grønn curry-suppe

Her kan du jo godt la kyllingen flakse ut av oppskriften. Og bruker du grønnsakskraft, får du en ypperlig vegetarrett.

Og legg merke til dette: De ekstra bladene av kaffirlime, skal ikke spises. De er der bare for å gi smak. Men basilikumen skal seff spises.

3 kyllingfileter, skåret i 1 cm brede strimler på tvers

2 ss stekeolje

5 ss grønn curry-pasta - selvfølgelig vår hjemmelagede

6 dl kokoskrem, fra boks

2 dl kylling- eller grønnsakskraft

eventuelt litt vann i tillegg, som justering

4 epleauberginer, delt i båter, eller 1/2 squash i skiver

8 kaffirlimeblader, delt i to på langs

4 ss fiskesaus

1/2 ts salt (sløyfes hvis du bruker grønnsakskraft av terning)

4 ss såkalt tamarindsaus, fra glass (strammer og utdyper andre smaker, fra asiabutikker)

3 ts sukker

4 langbønner i biter på 3 cm, eller 15 aspargesbønner

20 blader søt thaibasilikum

1 rød chili, skåret i tynne og korte staver eller i tynne ringer

- Varm olje og currypasta i en kjele på middels varme. Rør pastaen godt ut i oljen og la det steke i omtrent et halvt minutt, til det begynner å lukte godt.
- Hell i en tredjedel av kokosmelken. La det koke opp og småkoke til det dannes noen fettperler på overflaten. Ha i en ny tredjedel og la det småkoke på nytt, før du lar resten av kokosmelken koke med. Synes du det, så juster med litt vann.
- Ha i epleauberginer og la det koke i 2 minutter.
- Ha så i kraft, kylling, kaffirlimeblader, fiskesaus, sukker og tamarindsaus. La det småkoke til kyllingen er nesten gjennomkokt, et par-tre minutter, knapt.
- Ha til slutt i bønner, chili og basilikum. La det småkoke et halvt minutt til.

Der borte i Østen serveres jo dette med ris. Men her hos oss vil jeg sterkt anbefale å servere med kokt og heilnorsk bygg-ris.



Din annonse her?

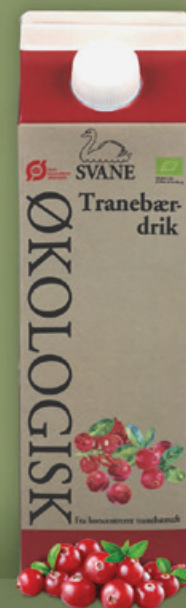
Har du et økologisk, fairtrade eller et produkt våre miljø og samfunnsengasjerte lesere bør vite om?

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

Charlottes

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

Selges i din
daglivarebutikk



ØKOLOGISK

Vikja

ØKOLOGISK SLAKTERI

KALV · STORFE · SAU · LAM · VILLSAU

Økologisk kjøtt
FRÅ GARDAR VED SOGNEFJORDEN

E-post: post@vikja.no
Tlf: 47657465 www.vikja.no

Godt Brød

Økologisk bakeverksted



Oslo | Bergen | Trondheim | Stavanger

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

Alm Østre

Biodynamisk gårdsbruk

Abonnementsordning
Stange, Hamar, Lillehammer

Gårdsbutikk
Biodynamiske grønnsaker,
korn, mel, kjøtt

www.almostre.no

Økologisk PÅ HAUGALANDET

FRUKT & GRØNT
LEVERT PÅ DØREN

www.friskusfrukt.com
Tlf: 907 18 975



- Kvalitetsis fra Vestlandet.
- Med naturens smaker, farger og holdbarhet.
- Med mest mulig råvarer fra egen gard
- Sesongen bestemmer kva som produserast.

48267898 / 90859221
www.almgardiskrem.no

MAXKORN

Tauvå



RÅSPRØ GRANOLA LAGET AV
NORSK, RENT URKORN
www.maxkorn.no

FINNEGARDEN

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

Telefon:
56 51 48 71 / 91 62 84 05

www.finnegarden.no

Har du ennå ikke prøvd
den beste kaffen du har smakt?

STAVANGER
KAFFEBRENNERI



Karbon-nytral bedrift siden 2009

Mer enn 20 sorter økologisk kaffe og espresso,
også koffeinfrie. Stort utvalg av økologisk te.

NETTBUTIKK: www.stavangerkaffebrenneri.no
Finn nærmeste utsalgssted på hjemmesiden.

Ønsker du å bli forhandler?
Send en melding til post@stavangerkaffebrenneri.no



Bryllup, firmafest ved sjøen



HELLVIKTANGEN

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



MARIA AKERBERG

100% naturlig hudpleieserie uten parfyme,
parabener eller kunstige konserveringsmidler.
Økologiske ingredienser - skånsom for huden din.

Se Marias mangfoldige utvalg på:
www.mariaakerberg.no

**STØRST
PÅ ØKOLOGISK
HONNING**

Økologisk - fortides korn er fremtidens mat
www.spesialkorn.no

Unik
www.unikumdesign.no
NORWEGIAN
Redefining the way we use diapers

SJH
Sogn Jord- og Hagebrukskule

rådgjevar birøktar økobonde
småbrukar bakar gründer osteproducent
lærer gartner avløysar matskribent

er noko av det tidlegare elevlar jobbar som i dag. Les meir på sjh.no

isrosa
økologisk is
www.isrosa.no

REIN
ØKOLOGISK HUDPLEIE
www.reinhudpleie.no

Tørr hud, kløe og hudplager?
Optima pH4

- forebyggende 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



**Norsk
Urkorn**

Salg av norsk
økologisk mel og korn

www.norskurkorn.no



• SJOKOLADEBAR •

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

FB/IG: @criollobar
Tollbugata 4 · Drammen



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




Økologisk
Kalkun
frå Hardanger



www.homlagarden.no




NØSTEBARN
www.nostebarn.no

UBEHANDLET ULL TIL HELE FAMILIEN

ULL ER IKKE ALLTID ULL



100% ull kan
også være
plastbelagt.
BLI KJENT MED
FORSKJELLEN



Volda Elektriske Mylnå



Handverkarar i arbeid
ECONOMUSÉE



ÅRETS MILJØBEDRIFT 2018.
Siste gamle bygdemølle som framleis driv kommersiell
matmjølproduksjon. Mylnå er Économusée-bedrift, og
tilrettelagd for omvising.

Lik oss på facebook.com/Mylnå-Volda, følg oss på Instagram@mylnavolda
eller besøk nettsida www.mylna.no

**Voss
Vandrarheim**



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



**STANGELAND
URTEPRODUKTER**

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

Et naturlig valg
stangelandurteprodukter.no



**Holli
MØLLE**

Norske speltperler
er et godt alternativ
til ris og pasta



**NYT
NORGE**




Prøv Vossabias
hudprodukt
– av bivoks, urter
og honning!

**100% naturleg og økologisk
– fordi me bryr oss!**

Les mer om oss på www.vossabia.no



Lag din egen
sunne sjokolade av
økologiske og fairtrade
kakaoprodukter.

Uten sukker.
For hele familien.

okosjokolade.no
– med god samvittighet



Alle skal med – også

Hvor kommer jeg nær flest ville dyr?
På en granstubbe i nærskogen min,
eller på en benk sentralt i hovedstaden,
omgitt av stein, betong og asfalt?

Ugress og skadedyr?



Tekst
**Trond
Wormstrand**

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

Hun skyter ut en spyttklyse, en tung spyttklyse, men bommer på blinken, en bydue. Dua tripper rolig videre, pikkende frø i sprekker mellom torgets brostein, også under benken der jeg sitter og gomler boller.

Bøker om natur kan dra meg opp av lesestolen og inn i skogen eller ut til fjorden. Jeg må selv se, høre, lukte og smake det jeg leser om. To sånne bøker fikk meg til å ta en annen vei, inn til byen, inn til hovedstaden.

Fra Oslo S. gikk jeg opp Karl Johans gate og bort Torggata til Youngstorget, kjøpte tre boller hos 7-Eleven på torgets hjørne, og fant

meg en benk like ved kvinnen som, viste det seg, samlet ammunisjon i munnen. Jeg la merke til at det på hennes røde topplue sto skrevet «Smil og vink».

Jeg ble sittende med større øyne enn jeg vanligvis har i en by, det etter å ha lest bøkene «Byens hemmelige liv» av Hanna Bjørgaas og «Darwin i byen» av Menno Schilthuizen, begge biologer.

Hvor kommer jeg nær flest ville dyr? På en granstubbe i nærskogen min, eller på en benk sentralt i hovedstaden, omgitt av stein, betong og asfalt?



Foto Erik F. Brandborg

En bydue bæsjer tolv kilo i året. Er den dermed et skadedyr? Duer er raske, målbevisste flygere og utførte farefulle kommunikasjonsjobber under verdenskrigene. Flere brevduer fikk krigsmedalje for innsatsen (bydua er en forvillet variant av brevdua). Samtidig: «de vet ikke selv / at ikke minst deres flukt / og vingene deres forbindes / med mildhet og fred» (Inger Christensen i diktverket «Alfabet»).

Kurrende kåt forfølger dua som unngikk spyttklysen nå en annen due. Forfølger den med oppblåst fjærdrakt og stjerten slepende langs

brosteinen. Den forfulgte er ganske sikkert forfølgerens egen make. Byduene er monogame. Enkelte par får fire-fem kull i året.

Smil og vink-kvinnen gir opp skytingen og vugger med iherdige bein bortover Torggata, og jeg sprer bollesmuler til en liten flokk tiggende gråspurv.

«Oppflasket på støv og eksos, og kledt / i loslitt fløyel fra nesten uttørkede sølepytter / er gråspurven en slags / pjusket trass som har bestemt seg for å bli i byen». (Kolbein Falkeid i diktet «Gråspurv»). Ja, gråspurven er borte fra vill natur, den holder seg til byer og bebyggelse. Dens opprinnelige leveområder var sannsynligvis kratt av tornete busker og trær i tørre, halvåpne områder. I byene fant den noe lignende.

Den pjuskete trassen strever. Bestanden er halvert i Europa siden 1980. I Norge er den «nær truet». En grunn kan være færre insekter å gi ungene.

– Spurven er all right, ikke de andre, roper en mann til meg fra en benk nær min. Han har hette på hodet og pils og pølse i hendene. Med ølboksen i hånden vifter han bort en brysom gråmåke.

Gråmåkene snapper mat fra menneskehender og skriker skarpt. Men de er effektive, altetende renovatører. De tar mat fra rottene – og tar selv rotter. Mer poetisk: «måkerne skinner i solen, de ser ut når de flyver som flokker av langsomt klippende sølvsaker i luften». (Knut Hamsun i «Benoni»).

Måkene flykter nå fra kysten og inn til byene. Flykter blant annet fra mindre mat – og fra minken. En mink kan kjapt tilintetgjøre egg og unger i en bakkehekkende fuglekoloni. Det er tryggere å legge egg på flate tak i byene. For ti år siden ble gråmåken en hekkende byfugl i Norge. På rødlista havnet den i 2021, i kategorien «sårbar».

«Duer er raske, målbevisste flygere og utførte farefulle kommunikasjonsjobber under verdenskrigene. Flere brevduer fikk krigsmedalje for innsatsen.»

Han vifter så det spruter, mannen med ølboksen. Måken gir opp pølsematen og blir isteden stående og stirre med blekgule øyne på min siste bolle. I likhet med kråkene kan den skille mennesker fra hverandre. Den vet noe om meg nå. Jeg vet ingenting om den, individet.

Et virvar oppstår foran beina mine. Kvikke nebb sloss om bollesmuler. Jeg er sikker: En halvtime på et brosteinstorg i Oslo gir meg flere ville dyr å iakttas enn en halvtime i skogen hjemme, og de våger seg nærmere der jeg sitter og ser.

Arbeiderpartiets røde bygg strekker seg høyt opp foran meg her på Youngstorget. «Alle skal med», var partiets slagord i flere år. Er det mulig å trekke gråmåke, gråspurv og bydue inn i felleskapet? Alle tre stemplet «skadedyr».

– Å utrydde eksotiske arter, fjerne «skadedyr» og «ugress» kan faktisk ødelegge de økosystemene som skal bære menneskeheten på en stadig mer urbanisert klode. Derfor må vi i tillegg til å ta vare på så mange ufordervede villmarksområder som mulig, også tillate å la naturen vokse i byene våre, mener evolusjonsbiologen Menno Schilthuizen.

Sånt egger mine tanker. ■

Kilder:
Hanna Bjørgaas:
«Byens hemmelige liv. Historier fra den urbane villmarka»
Cappelen Damm.
2021.

Menno Schilthuizen:
«Darwin i byen. Evolusjon i gatenes jungel». Font Forlag.
2020.

Norsk rødliste
for arter 2021». Artsdatabanken.

I bakvendtland går allting an

I Norge er det i dag ulovlig å hente ut spiselig mat fra butikkenes søppelbokser. Å kaste full spiselig mat i søpla, derimot, er det ingen forbud mot.

I Norge er det i dag ulovlig å hente ut spiselig mat fra butikkenes søppelbokser. Å kaste full spiselig mat i søpla, derimot, er det ingen forbud mot.

Framtiden i våre hender mener det er helt bakvendt, og de siste månedene har vi tatt i bruk en litt utradisjonell metode for å belyse dette paradokset.

Dumpster Deli Dagligvare er, oss bekjent, verdens første matbutikk i en søppelbøtte. Det er også den eneste matbutikken hvor folk kan forsyne seg med spiselig mat som var kastet, men som fortsatt var spiselig, hvor folk kunne komme og forsyne seg som de ville. Dumpster Deli Dagligvare var født!

I bytte mot en litt overmoden banan, eller en youhurt nylig passert utløpsdato, fikk de «handlende» høre om matkasteloven, og mulighet til å signere på oppropet til støtte for en lov som skal forebygge at spiselig mat havner i søpla. Og det ville de! På få uker skrev over fem tusen mennesker sunder for å få satt en stopper for matsløsninga.

Det er jo ikke så rart. I disse dager, når matprisene når stadig nye høyder i forhold til hva vi er vant til, og mange sliter med å få endene til å møtes; Hvor absurd er det ikke at vi i Norge kaster nok mat til å mette en million mennesker? Vi kan egentlig ta hver femte handlepose med mat



Foto Renate Madsen

I disse dager, når matprisene når stadig nye høyder i forhold til hva vi er vant til, og mange sliter med å få endene til å møtes; Hvor absurd er det ikke at vi i Norge kaster nok mat til å mette en million mennesker?



Anja Bakken Riise,
Leder i Framtiden i våre hender

og kaste den i søpla det øyeblikket vi går ut av butikken – for i sum er det det vi gjør i dag.

Dumpster Deli Dagligvare har reist sin seiersgang rundt i Oslos gater, så Trondheim, så Lillehammer. Lille Deli begynner å bli litt sliten av reisinga, men det frister å fortsette, for folks begeistring er stor.

Og det folkelige engasjementet nytter! Etter bare noen uker på veien annonserte regjeringen at de setter ned et utvalg som skal utrede hvor-

dan Norge skal klare å nå målet om å halvere matsvinnet innen 2030. Ikke nok med det, utvalget er spesifikt bedt om å vurdere Framtiden i våre henders juridiske forslag til matkastelov, som vi fikk utarbeidet i fjor. I tillegg har vi fått tildelt en plass i utvalget, som skal levere sitt arbeid ved utgangen av dette året.

Igjen og igjen ser vi at når vi klarer å engasjere og motivere folk – så klarer vi jommen å påvirke politikken også. Takk for at du er med! ■



KAN DU HJELPE OSS BITTELITT?

**DU SOM LESER DETTE, KAN SANNSYNLIGVIS
MYE OM Å REDUSERE MATSVINN HJEMME.**

Vi i MENY ønsker at flere motiveres av gode og enkle tips for å ta mer bærekraftige valg, både i butikken og hjemme. Derfor blir vi glade om du vil dele dine tips og triks med oss, slik at vi kan videreformidle til våre lesere på [MENY.no](https://meny.no). Send til vår bærekraftssjef, kenneth@meny.no.

På forhånd takk for hjelpen!

SE VÅRE MÅL FOR
Å GJØRE VERDEN
BITTELITT BEDRE PÅ
[MENY.NO/BÆREKRAFT](https://meny.no/baerekraft)



Miljøfyrtårn®



Send SMS
ABO 5190
til 1960

PRØV KLASSEKAMPEN GRATIS I TRE UKER

Stopper automatisk.



ANJA BAKKEN RIISE:

– For å avkle driverne bak klima- og naturkrisen er vi avhengig av kritisk og uavhengig journalistikk. Derfor leser jeg Klassekampen.



AUDUN LYSBAKKEN:

– Klassekampen er en viktig stemme i Medie-Norge og særlig for oss på venstresiden i norsk politikk.