



”Sverige ska bli världsbäst på Rättvisemärkt”

Med ett större utbud av Rättvisemärkta produkter på butikshyllorna och mer information ska svenskarna bli bäst i världen på att handla Rättvisemärkt. Det säger Helena Markstedt som sedan i september är ny generalsekreterare för Rättvisemärkt.

– I Sverige finns sammanlagt cirka 500 Rättvisemärkta produkter. Det är lite jämfört med flera andra länder, i England finns till exempel över 3 000. Försäljningen i Sverige ökade visserligen med 165 procent under 2007. Men det är ökning från relativt låga försäljningsnivåer.

– Ska vi bli bäst i världen på Rättvisemärkt måste det finnas mer produkter att välja på i butikerna. Det är också viktigt att de Rättvisemärkta produkterna får en tydlig exponering i butikerna så att kunderna upptäcker dem.

Större volym – lägre pris

Vissa Rättvisemärkta produkter har ett märkbart högre pris än jämförbara varor utan märkningen. Varför är det så?

– Vi kan inte styra över priset utan det gör butiken/kedjan. Men om vi kan få fler att köpa Rättvisemärkta produkter kommer den ökade volymen att pressa priserna.

Helena Markstedt uppmanar butikerna att ta hjälp av organisationens ambassadörer.

– Vi har 1 800 ambassadörer för Rättvisemärkt och det ger en unik möjlighet att få hjälp med att sprida information om Rättvisemärkta produkter i butiken.

Vill skapa rättvisa

Helena Markstedt kommer närmast från ett jobb på den politiskt oberoende tankesmedjan Bruegel i Bryssel. Innan dess har hon pluggat och har två examen, båda med politik som huvudinriktning.

– Vi vet att Rättvisemärkta produkter gör skillnad. Vi vet att de som arbetar i produktionen får en minimilön och att det finns tydliga krav för hur arbetsmiljön ska vara utformad.

Att Helena vill vara med och bidra till en bättre och rättvisare värld är inte att ta miste på.

– Och handel är ett utmärkt verktyg för att skapa en rättvisare värld!



Helena Markstedt

Född: 1980, Täby
Bor: Kungsholmen, Stockholm
Utbildning: Magister i Europapolitik, Master i politik och kommunikation.
Familj: Mamma, pappa och bror.
Fritid: Vänner, jogging och kultur.
Favoriträtt: Laxpasta.
Favoritdryck: Vatten och Rättvisemärkt vin.

Släng inte maten!

Maten vi slänger ger varje år ett onödigt utsläpp på 1,9 miljoner ton koldioxid. Det är lika mycket som 700 000 svenska medelbilar släpper ut. Men det här går att förändra. Planera dina inköp och förvara maten på rätt sätt. Den här guiden ger dig många bra tips kring förvaring av mat.

Bäst före-dag

Livsmedel märkta med bäst före-dag ska hålla ytterligare en tid efter datumet om de förvaras på rätt sätt och i obruten förpackning.

Sista förbrukningsdag

Vissa mycket känsliga livsmedel, som färsk fisk, köttfärs, rå korv och färsk kyckling måste vara märkta med sista förbrukningsdag. Det är viktigt att de förvaras i rätt temperatur både i butiken och hemma. Dessa varor får inte säljas efter att sista förbrukningsdagen har passerat.

Såser och salsor

Öppnade förpackningar ska förvaras i kylskåp. På förpackningen anges ofta att den ska förbrukas inom några dagar. Har man använt en ren sked och inte rört runt för mycket håller livsmedlet ofta mycket längre. Använd sunt förnuft, ögon, smak och luktsinne för att bedöma om livsmedlet duger eller har blivit dåligt.



Konserver har mycket lång hållbarhet. Helkonserver ofta flera år och kylkonserver i flera månader.

Olja och vinäger – förvaras mörkt och svalt.



Ägg har tre veckors bäst före datum men håller mycket längre om de förvarats i kyla både i butiken och hemma.

Mjölakens hållbarhet i öppen förpackning beror på årstiden och hur ofta den tagits fram i rumstemperatur. Släng inte mjölken förrän du ser att den är dålig. Om datumet är på väg att gå ut – frys in den och använd vid matlagning och bak. Detsamma gäller grädde.

Ost – hård ost har lång hållbarhet. Om du upptäcker mögel, skär bort det

och en centimeter runtomkring. Resten går bra att äta. Förvaras i plastpåse i kyl. Riv gärna ost och frys in.

Sylt och saft

Om sylt och saft har mycket socker i sig, över 50%, är eventuell mögelsbildning bara ytlig. Ta bort möglet, och ät resten om det smakar gott.

Bröd går utmärkt att frysa. Släng möjligt bröd.



Vegetabiliska oljor ska förvaras svalt och mörkt för att inte härska. Vissa oljor blir grumliga i kylskåp, men de återfår smak och konsistens i rumstemperatur.

Fisk förvaras helst vid 2° C. Eftersom kylskåp ofta är varmare, förvara inte färsk fisk eller skaldjur mer än 1-2 dagar i kylskåpet.

Förvara maten i rätt temperatur

Frukter

Sval (8-12° C)

Ananas*	Grapefrukt	Melon	12-14° C
Banan	Lime	Passionsfrukt	
Citron	Mango	Physalis	12-15° C

Kylskåp (4-8° C)

Apelsin	Clementin	Jordgubbar	Nektarin*	Päron*
Bär	Dadel	Kiwi	Persika*	Vindruvor
Carambola	Fikon	Litchi	Plommon*	Äpplen

Grönsaker

Sval (8-12° C)

Aubergine	Chili	Paprika
Avokado*	Gurka	Tomat
Basilika	12-14° C	11-14° C
	Ingefära	Örtkryddor i kruk

Kylskåp (4-8° C)

Blomkål	Lök	Rädisor	Stjälkselleri	Ärter
Broccoli	Majrova	Rättika	Svartrot	Ärtskott
Brysselkål	Majs	Rödbetor	Vitkål	Örtkryddor, avskurna
Bönor, färska	Mangold	Rödkål	Vitlök	
Citrongräs	Morot	Sallad		
Fänkål	Pak Choy	Salladslök		
Gräslök	Palsternacka	Savoykål		
Grönkål	Persilja	Skott/groddar		
Gulbetor	Pepparrot	Svamp		
Jordärtskocka	Potatis	Sparris		
Kinakål	Purjolök	Spenat		
Knipplök	Rabarber	Spetskål		
Krontärtskocka	Romanesco	Squash		
Kålrabbi	Rotpersilja			
Kålrot	Rotselleri			

*effermognar i rumstemperatur.



Tipsen är hämtade från broschyren "Släng inte maten". I den finns också fler tips. Den är framtagen av Konsumentföreningen Stockholm och kan beställas eller laddas ner från www.konsumentforeningenstockholm.se

Påverka – skriv en motion!

Det finns flera olika sätt att påverka Coops butiker. Det snabbaste sättet är att ta kontakt direkt med butikschefen eller med det lokala medlemsrådet. Ett annat sätt att påverka är genom att skriva ner dina förslag i en motion till föreningsstämman.

Motionen och föreningsstyrelsens yttrande diskuteras först på distriktsstämman innan beslut tas på den årliga föreningsstämman.

Motionen, som ska vara undertecknad med ditt namn, medlemsnummer och adress, skickar du till adressen:

Konsumentföreningen Svea
Sportfältsvägen 3, 754 19 Uppsala
Senast den 31 december ska motionen finnas hos oss.



Coops overall bäst-i-test

När tidningen Dagens Nyheter testade barn-overaller fick Coops overall omdömet "Bäst-i-test och mest prisvärd".

Coops overall säljs under namnet Friends och är vattentät och finns i storlekarna 92-122 cl. Overallen fick högsta betyg både vad gäller vatten- och vindtätthet.



Ekologisk och Rättvisemärkt tygkasse

Nu lanserar Coop en tygkasse av ekologisk och Rättvisemärkt bomull. Kassen är sydd av ett kvinnokooperativ i Indien och kommer att kosta 39 kr. Texten på kassens ena sida lyder "Jag är snygg och gör skillnad".



– För oss på Coop är det viktigt att agera tillsammans med företag och människor som delar våra värderingar. Vi vet att ekologi och rättvis handel är viktigt för våra kunder och vi har därför tagit fram den nya tygkassen, säger Magnus Frisk, informationschef Coop Sverige.

Ny Coop Extra i Katrineholm

Den 22 oktober var det premiär för nya Coop Extra i Katrineholm. Den nya butiken ligger på handelsområdet Lövåsen i Katrineholm. Butiken har en säljyta på 2 200 kvadratmeter och har bland annat en manuell chark- och delikatessdisk.

Nytt samarbete kring lokalt producerad mat

Konsumentkooperationen och LRF har inlett ett samarbete för att utveckla utbudet av lokalt producerad mat i konsumentkooperationens butiker i hela landet. En ny regional organisation har skapats med uppgift att hitta fler lokala odlare och producenter.

Svenskens hälsomedvetenhet ökar

I sin senaste Medlemspanel har Coop ställt frågor om mat och hälsa. Totalt har 5 649 personer svarat och av dessa menar hela 68 procent att deras hälsomedvetenhet har ökat det senaste året. De två viktigaste anledningarna till förändrade matvanor visade sig vara den egna hälsan och vikten, följt av inspiration i form av nyttiga recept samt tips i tidningar och på internet.

Aktuella medlemsförmåner

Ansvarig för medlemsförmåner: Håkan Andersson, 018-14 39 28, e-post hakan.andersson@coop.se



Uppge Coop MedMera mellandag Svea vid bokning på tel. 0280-871 00. Erbjudandet gäller 6 personer/medlemskort. Mer information på www.topeja.se

Njut av helgdagar i Sälen

Mellandagspaket 26-29/12 2008

Del i dubbelrum inkl frukostbuffé, middag (exkl dryck) och hotellservice. Barn 7-12 år 1 190 kr (ord pris: 1 485 kr) i extrasäng och barn 0-6 år gratis i föräldrars säng.

Medlemspris/person: **1 995 kr** Ord. pris: 2 495 kr

Trettonhelgspaket 2-6/1 2009

Del i dubbelrum inkl frukostbuffé, middag (exkl dryck) och hotellservice. På torsdagen ingår trettondagaftonsbuffé. Barn 7-12 år 1 440 kr (ord pris: 1 800 kr) i extrasäng och barn 0-6 år gratis i föräldrars säng.

Medlemspris/person: **2 855 kr** Ord. pris: 3 570 kr

Kul för barnen – Children's i Hallsberg

Ett hus fullt med saker att upptäcka! Hit kan man komma för att leka och ha kul, samtidigt som man tar till sig grundläggande kunskaper om livet och samhället. Kom och utforska mörka rummet, brandstationen, mataffären, klätterväggen, rullstolsrummet, stallet, vattenrännan och mycket, mycket mer.

Medlemspris/barn: **50 kr** Ord. pris: 65 kr

Entré för vuxna: 30 kr

Södra Allén 24, Hallsberg (vid Stortorget). Öppet tisdag-söndag kl. 10-17. Erbjudandet gäller t o m 31 januari 2009. Max 3 barn/Coop MedMera. Mer information: 0582 - 61 13 37 eller www.childrens.se

children's
UPPTÄCKARHUSET



Bli en ekoambassadör!

Nu har du chansen att vara med och bidra till en hållbar utveckling och bli en av våra ekoambassadörer. Ditt engagemang idag påverkar hur vår natur ska se ut i morgon.

Under hösten har Konsumentföreningen Svea arrangerat ett antal inspirationskvällar för blivande ekoambassadörer. Föreningen kommer att fortsätta med dem även under våren och redan nu kan du anmäla ditt intresse. Under en inspirationskväll får du mer kunskap om ekologi samt idéer till olika aktiviteter i butik.

Skicka en intresseanmälan till svea@coop.se eller ring 018-14 39 32. Ort och datum för inspirationskvällarna meddelas senare. Inspirationskvällarna är gratis för alla medlemmar!



Har du frågor om och synpunkter på Coops butiker, ring 020-71 10 10, vard. kl. 9-16. Medlemsservice tel. 020-97 59 59.