

# Verktygslåda för kommuners beteendepåverkande arbete gentemot hushåll

Åsa Hagelin, 11 oktober 2023



AVFALL SVERIGE

# Avfall Sveriges vision

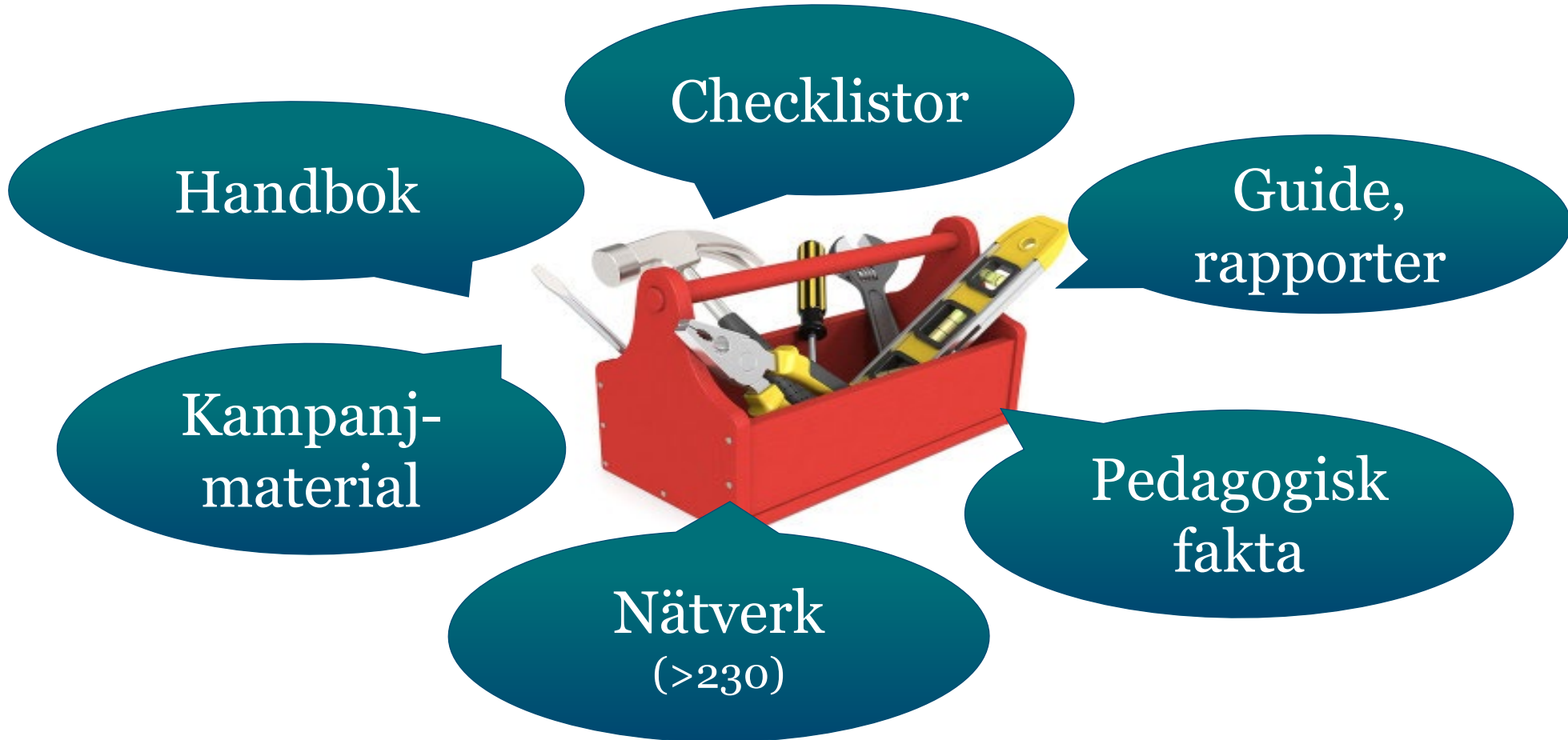
”Det finns  
inget avfall”





Vilket steg har du nått idag?

# Avfall Sveriges verktygslåda



# ... nu också på hemsidan

## För medlemmar

Startsida för medlemmar

Medlemsnyheter

Inspiration till framgångsrika projekt

Rapporter

Kalendarium

Nätverk

Vägledning och stöd

Guider

## Verktygslåda för förebyggande

Verktygslådan är ett samlingsnamn för olika typer av material som Avfall Sverige tagit i med återanvändning och förebyggande av avfall samt för att öka kunskapen inom dess med i verktygslådan. Många verktyg presenteras som en rapport i pdf-format och från rapport.

Verktygslådan är uppdelade i följande delar:

- Handböcker och guider
- Goda exempel
- Pedagogiska fakta
- Kampanjer och övrigt kommunikationsmaterial
- Fler verktyg och rapporter
- Material från andra

**Inloggning som medlem krävs**

# Rapporter – massor av fakta o tips

- Produkters totala avfall, 2015:22
- Kommunikationsstöd för förebyggande-coacher, 2017:38
- Förebyggande av avfall i offentlig upphandling, 2018:06
- Dela yta prylar bil och tid, 2018:18
- Potential för ökad återanvändning, 2018:29
- Mätning av matsvinn, 2018:30
- Översta steget erfarenheter, 2019:08
- Kartläggning av matsvinnsaktiviteter, 2019:21
- Klimatpåverkan avfallsfraktioner, 2019:19
- Förebyggande i avfallsplaner, 2019:25
- Avfallshantering hos storkök och restauranger, 2019:28
- Återanvändning av bygg- och rivningsmaterial och produkter 2019:32
- Goda exempel på återbruk 2020:08
- Vägledning Minimeringsmästarna 2020:21
- Vägledning för engångsfria evenemang 2021:03
- Goda exempel på förebyggande av avfall 2021:13
- Öka takten uppför trappan – Vägledning 2021:14
- Mäta och följa upp avfallsförebyggande i verksamheter 2021:16
- Vägledning för att skriva projektbeskrivning
- Byggåterbruksguiden
- Ökat återbruk genom innovativa och cirkulära resursflöden 2022:11
- Öka avsättningen av återbruksmaterial 2022:12
- Åtgärder för minskat matsvinn i hushåll 2022:24
- Klimatpåverkan från olika avfallsfraktioner 2023:01 + excelbil
- Beräkningsmodell för potential förebyggande 2023
- Handbok i säkrare återbruk 2023
- Handbok – Resurssmart materialanvändning i kommunen 2023
- Kommunala åtgärder för att minska hushållens avfall 2023:03
- Minska hushållens avfall – forskningsbaserade strategier och åtgärder för kommunen som aktör 2023:12
- Fallstudie: Minska mängden pappersreklam till kommunen 2023:13
- Goda exempel på hemsidan
- Guide #9



# Rapporter – massor av fakta o tips

- Produkters totala avfall, 2015:22 **H**
- Kommunikationsstöd för förebyggande-coacher, 2017:38
- Förebyggande av avfall i offentlig upphandling, 2018:06
- Dela yta prylar bil och tid, 2018:18 **H**
- Potential för ökad återanvändning, 2018:29
- Mätning av matsvinn, 2018:30
- Översta steget erfarenheter, 2019:08
- Kartläggning av matsvinnaktiviteter, 2019:21
- Förebyggande i avfallsplaner, 2019:25
- Avfallshantering hos storkök och restauranger, 2019:28
- Återanvändning av bygg- och rivningsmaterial och produkter 2019:32
- Goda exempel på återbruk 2020:08 **H**
- Vägledning Minimeringsmästarna 2020:21 **H**
- Vägledning för engångsfria evenemang 2021:03 **H**
- Goda exempel på förebyggande av avfall 2021:13 **H**
- Öka takten uppför trappan – Vägledning 2021:14 **H**
- Mäta och följa upp avfallsförebyggande i verksamheter 2021:16
- Vägledning för att skriva projektbeskrivning
- Byggåterbruksguiden **H**
- Ökat återbruk genom innovativa och cirkulära resursflöden 2022:11
- Öka avsättningen av återbruksmaterial 2022:12
- Åtgärder för minskat matsvinn i hushåll 2022:24 **H**
- Klimatpåverkan från olika avfallsfraktioner 2023:01 + excelbil **H**
- Beräkningsmodell för potential förebyggande 2023
- Handbok i säkrare återbruk 2023 **H**
- Handbok – Resurssmart materialanvändning i kommunen 2023
- Kommunala åtgärder för att minska hushållens avfall 2023:03 **H**
- Minska hushållens avfall – forskningsbaserade strategier och åtgärder för kommunen som aktör 2023:12 **H**
- Fallstudie: Minska mängden pappersreklam till kommunen 2023:13
- Goda exempel på hemsidan
- Guide #9



# Pedagogiska fakta

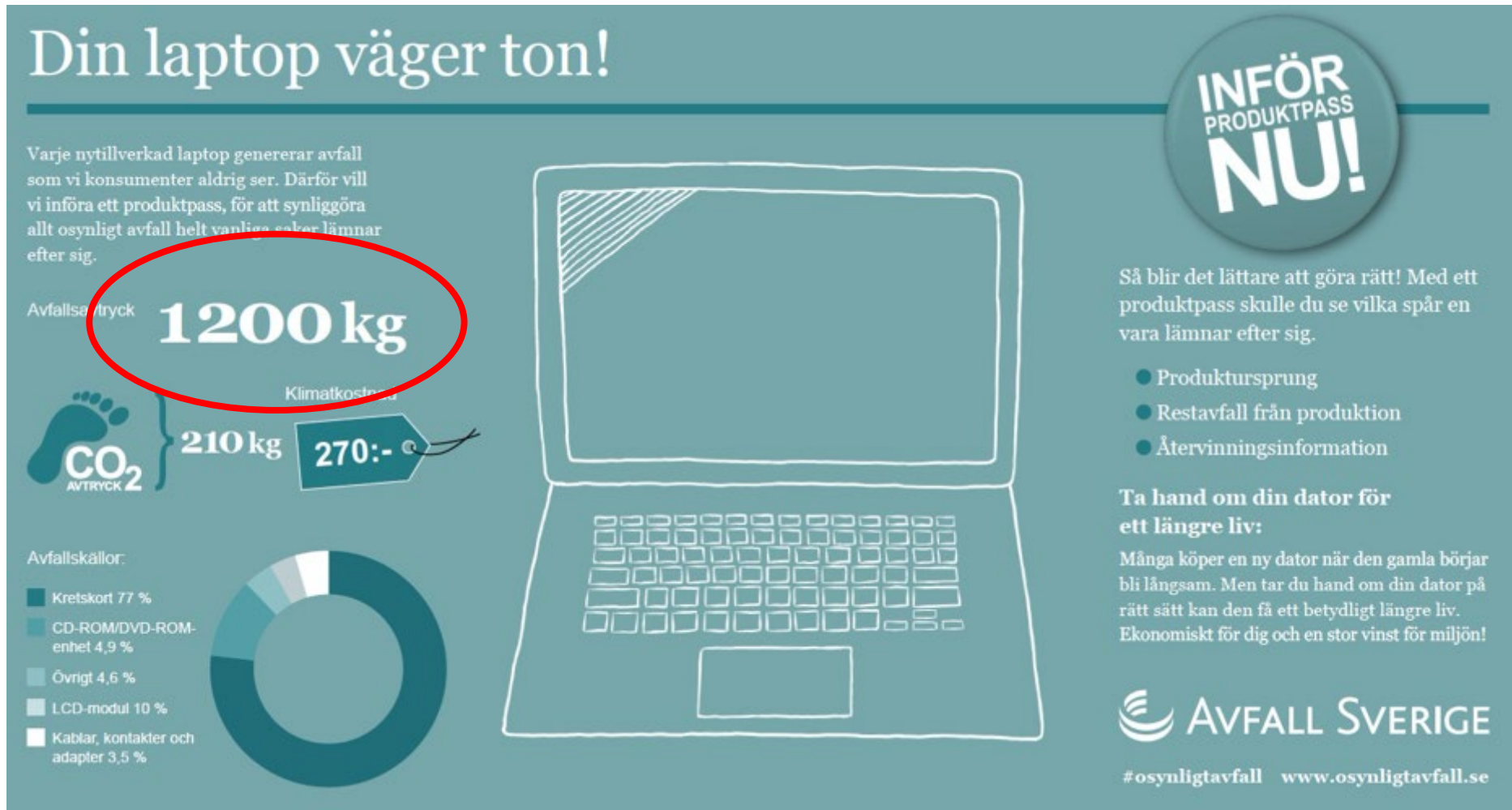
Köp ett par jeans på second hand istället för ett par nya och spara – förutom pengar – 4 600 liter vatten. Så mycket vatten motsvarar över 6 timmars dusch.

**Unga vuxna**

**Uppdatering gjord 2021 (exclfil)**



# Produkters totala avfall – laptop (2015:22)



# Kampanj – Laga, låna, loopa

<https://www.osynligtavfall.se>

**LAGA  
LÅNA  
LOOPA**

  
Om något går sönder, släng inte utan ta reda på om det går att laga.

  
Låna av andra i stället för att köpa.  
*- handen på hjärtat, hur ofta använder du egentligen en bormaskin?*

  
Loopa genom att köpa begagnat och sälja vidare sådant du inte längre använder.



# Kampanj - 10 sätt att minska ditt avfall

## 10 SÄTT ATT MINSKA DITT AVFALL

Samlar vi ihop allt avfall från de svenska hushållen under ett år, får vi ett jättelikt sopberg. Men tillsammans kan vi hjälpas åt att minska det. Svårt? Nej, faktiskt inte.

**#1 REKLAM NEJ TACK!**  
Säg nej till reklamen i brevlådan. Slipp massor av pappersavfall. Sparar 40 kg avfall och 33 kg CO<sub>2</sub>e

**#2 MINSKA MATSVINNET**  
Ta vara på maten och släng mindre. Planera smart. Sparar 8,7 kg avfall och 18 kg CO<sub>2</sub>e

**#3 GILLA BEGAGNAT!**  
Köp begagnade kläder istället för nya. Eller köp inga alls. Sparar 1,9 kg avfall och 94 kg CO<sub>2</sub>e

**#4 LÅNA BÖCKER OCH E-BÖCKER**  
Skona slagen. Låna böcker, eller välj en av bok nästan gång. Sparar 9,7 kg avfall och 4,4 kg CO<sub>2</sub>e

**#5 FLERGÅNGSLÅDA TILL LUNCH**  
Köp hämtmat i flegångslåda. Och kaffe i flegångsmugg. Sparar 6,6 kg avfall och 13,7 kg CO<sub>2</sub>e

**#6 VÄLJ FLERGÅNGSPÅSAR**  
Ta med en egen påse nästa gång du köper frukt och grönt. Sparar 0,91 kg avfall och 1,9 kg CO<sub>2</sub>e

**#7 LÅNGE LEVE DATORN**  
Förläng livet på din dator och mindre det färdiga elektroniska avfallet. Sparar 0,38 kg avfall och 0,9 kg CO<sub>2</sub>e

**#8 GE DIN TELEFON ETT LÄNGRE LIV!**  
Förläng livet på din mobiltelefon och minska det färdiga elektroniska avfallet. Sparar 0,08 kg avfall och 14 kg CO<sub>2</sub>e

**#9 BEGAGNADE LEKSAKER**  
Välj begagnade leksaker. Köp, byt, sälj och låna. Sparar 32 kg avfall och 47 kg CO<sub>2</sub>e

**#10 VÄLJ BORT ENGÅNGSPRYLAR HEMMA**  
Småskräppa istället för hushållssoppan. Kaffekåsar som kan användas fler gånger. Kapphissvärmlin. Tvättmaskin på smarta sätt. Sparar 14 kg avfall och 15,6 kg CO<sub>2</sub>e







sopor.nu/10-satt-att-minska-ditt-avfall

+ filmer

## VÄLJ FLERGÅNGSPÅSAR - DÄRFÖR ÄR DET VIKTIGT

Genom att använda flegångspåsar när du handlar frukt och grönt kan du minska ditt avfall med ett halvt kilo om året. Men det är inte alltid som vikten väger tyngst. Här är det din insats för att minska spridningen av plast i naturen som har störst betydelse.

MINSKA  
1,8 kg CO<sub>2</sub>e

Ta med egna påsar när du handlar

Många livsmedelsbutiker säljer små påsar i flegångsmaterial, som är praktiska att ta med när du handlar. Bäst är att alltid ha några i väskan, så glömmer du dem inte. Hittar du inga i din butik, så kolla på nätet. Eller varför inte sy en själv?

MINSKA  
0,51 kg  
avfall

Behövs påsar när det finns skal?

Frukt och grönsaker med tjockare skal klarar sig ofta bra utan påse.

Hur många påsar använder du?

Om du som många andra använder cirka fem små plastpåsar i veckan för att köpa frukt och grönt, blir det 260 stycken om året.

Hur är det med plastpåsar i förnybart material?

Även så kallad bioplast och komposterbar plast har nackdelar. Den komposterbara plasten tar lång tid att bryta ner och ställer till med problem i våra avfallsystem. Den kan heller inte användas till ny plast. Bioplast kan återvinnas till ny plast men inte komposteras. Bioplasten tillverkas ofta av livsmedelsgrödor, vilket är kontroversiellt i en värld där många inte har mat för dagen. Därför är det bäst att inte använda engångspåsar alls.

Plast skadar djur och natur

Plastpåsar i naturen är ett stort problem, inte minst för livet i havet. Djur trasslar in sig i plastpåsar eller äter dem och blir sjuka. Plasten bryts inte ner utan blir till mikroplast som både djur och människor får i sig. Hur mikroplast påverkar människors hälsa på lång sikt är oklart. Men man vet att de fungerar som en magnet för kemikalier som koncentreras i kroppen.

Beräkningen baseras på att man väjer ett kilo frukt och grönt i flegångspåsar istället för engångspåsar.

Välj flegångspåsar för frukt och grönt - 86

#6



AVFALL SVERIGE

Tack till  
Kretslopp och vatten,  
Göteborgs Stad!

# Vägledning och tävling (2020:21)



<http://www.minimeringsmastarna.se>

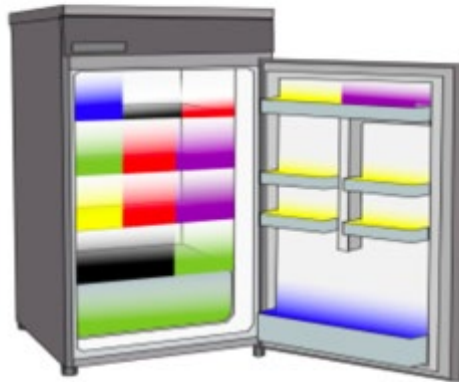
# Engångsfria evenemang (2021:03)



# Åtgärder för minskat matsvinn (2022:24)

## Hur du färgkodar ditt kylskåp

### Full kyl:



- Hundmat
- Mejerivaror
- Drycker
- Charkuterivaror
- Såser
- Frukt och Grönsaker
- Matrester

### Kombikyl:



### Exempel:

- Hundmat.
- Mejerivaror inkluderar ägg.
- Drycker inkluderar läsk, saft och mjölk
- Inkluderar pålägg, fläsk, nötkyckling, korv...
- Såser inkluderar ketchup och buljong
- Inkluderar sallad, tomat, gurka etc.
- Inkluderar matlådor och överblivna middagsgreter.

## Smart att hålla ordning i kyl och frys

Då minskar risken för att maten ska glömmas bort och bli för gammal. En bra grundregel är att ställa nyinköpta varor längst bak och äldre varor längst fram i skåpen. Mät kylskåpstemperaturen med en termometer och placera varorna efter hur temperaturkänsliga de är.

### I dörren är det varmast

Läsk, vatten, såser, ketchup

### Mindre temperaturkänsliga varor

Smör, ost, ägg, färska örter, växtbaserade drycker, sylt, marmelad

### Kallast

Kött, fisk, rester, mejeri, pålägg



### Frukt och grönt

En del förvaras bäst utanför kylen. Kolla listan till höger.

### Ät-snart-hylla

Tips! Ha en ät-snart-hylla för mat med kort datum och rester.

### I kylen

- » Apelsin
- » Clementin
- » Kiwi
- » Melon
- » Nektarin
- » Äpplen
- » Päron
- » Vindruvor
- » Sallad
- » Kål
- » Champinjoner
- » Vitbök
- » Lök
- » Rotfrukter



### I rumstemperatur

- » Aubergine
- » Avokado
- » Banan
- » Citron
- » Lime
- » Gurka
- » Mango
- » Paprika
- » Squash
- » Tomat

### Mörkt och svalt

- » Potatis

## Fler sätt att minska matsvinnet

- » Kolla vad du har hemma och skriv en inköpslista innan du handlar.
- » Planera måltider efter det du har hemma.
- » Laga lagom mycket mat och lägg upp lite i taget på tallriken.
- » Frys ner rester eller använd i nya maträtter.

**Visste du att**  
Ett kilo matsvinn ger lika stor klimatpåverkan som 13 kilometers bilkörning.

Matrester håller sig fräscha upp till en vecka i kylen, och kan värmas upp och kylas ner flera gånger.

### Titta, lukta, smaka!

Mat är oftast helt ok även efter bäst före-datum, så släng inte i onödan. Titta, lukta, smaka och avgör själv. Efter sista förbrukningsdag ska maten inte ätas.

# Kommunala åtgärder för att minska **hushållens** avfall (2023:03)

- Ett stöd för att uppfylla lagstiftningen om att informera invånarna om fb-åtgärder
- Underlag från Kretslopp och vatten, Göteborgs Stad
- Omfattande fakta
- **62 förslag på åtgärder**
- Separat sammanfattning



# Minska **hushållens avfall** – forskningsbaserade strategier och åtgärder för kommunen som aktör (2023:12)

- Ett stöd för ett strategiskt arbete med förebyggande
- Rapport
- Power point med manus
- Bilagor med åtgärder för:
  - Avfallsenheten
  - Kommunledningen
  - Miljö- och hållbarhetsstrateger
  - Skola och förskola

**TIPS:**  
Använd som checklista och för inspiration





# Handbok i återbruk (2023)

1. Material och innehåll att reagera på
2. Goda tecken! (CE-märkning)
3. Produktlista



# ... nu också på hemsidan

## Verktyslåda för förebyggande

Verktyslådan är ett samlingsnamn för olika typer av material som Avfall Sverige tagit fram för att stötta och inspirera kommunerna i arbetet med återanvändning och förebyggande av avfall samt för att öka kunskapen inom dessa områden. Även material från andra aktörer finns med i verktyslådan. Många verktyg presenteras som en rapport i pdf-format och från 2019 finns även powerpoint-presentationer för varje rapport.

Verktyslådan är uppdelade i följande delar:

- Handböcker och guider
- Goda exempel
- Pedagogiska fakta
- Kampanjer och övrigt kommunikationsmaterial
- Fler verktyg - rapporter
- Material från andra



# Massor av material från Göteborgs Stad

(kostnadsfritt)



... med flera

## Förebygga avfall i kommunala verksamheter

<https://goteborg.se/wps/portal/start/foretag/tillstand-och-regler/avfall-och-atervinning/regler-ansvar/forebygg-avfall-i-goteborgs-stad>

## Minska ditt avfall (hushåll)

<https://goteborg.se/wps/portal/enhetssida/tips-fran-kretslopp-och-vatten/minska-ditt-avfall>

# Naturvårdsverkets vägledning

- Informera hushållen
- Vägledning med konkreta tips
- Minimikrav för att uppfylla lagen
- Bonusrapport



<https://www.naturvardsverket.se/vagledning-och-stod/avfall/informera-hushall-om-avfallsforebyggande-atgarder>  
<https://www.naturvardsverket.se/amnesomraden/avfall/sa-kan-mangden-avfall-minska/>

# All in – mot matsvinn

- Kommunikationsmaterial som ger hushåll konkreta tips på hur de kan minska sina matsvinns mängder
- Svinniska (fr Livsmedelsverket)
- Alla kommuner får göra detta till sitt för liten kostnad

Framtaget av Kretslopp och vatten,  
Göteborgs Stad





### #2 Frysälskaren

**Ditt frukostbröd trivs bra i frysen. Skiva upp och frys in så slipper du slänga i onödan.**



### #3 Ljusskygg knöl

**Potatis trivs bäst när det är mörkt och svalt. Då håller den sig fräsch längre.**

**Kampanjen 'Hacka maten' från Livsmedelsverket**  
<https://share.mediaflow.com/se/?WPHEZ9Z789>



# AVFALL SVERIGE

**TACK!**

Åsa Hagelin  
[asa.hagelin@avfallsverige.se](mailto:asa.hagelin@avfallsverige.se)

070-553 15 45