



Sveriges Konsumenter i Samverkan
- för ökat konsumentinflytande -

En nyckel för hälsa,
ekonomi och miljö

•• KONSUMENT - NYCKELN ••

Ansv. utg: Bengt Ingerstam
070-804 77 25

Medlemsbrev KNY 39

2010-08-23

Framgång för SMÖRUPPRORET i Kramfors

Efter lång och motig kamp för sina barns skolmat och valfrihet för smör och standardmjölk, har nu en halv seger vunnits. Åtminstone kommer det nu att finnas Bregott Mellan att välja. Ska bli intressant se vad barnen väljer!

Men mjölken gick inte, ännu. Man skyller på Livsmedelsverket regler, som inte är mer än rekommendationer, och att man skulle behöva ändra recepten i så fall. Löjligt för futtiga 36 kcal per lunch. Det är ju en baggis mot vad barnen äter på en lunch och att de står sig så dåligt på maten. Det ”kalkylerar” inte Livsmedelsverket med. Dessa 36 kcal ger c:a 20 minuters längre mättnad och det är väl positivt. Energin kommer från skillnaden på fetthalt i mjölken och fett blir man ju inte fet av. Bättre det än att springa och köpa godis.

Ett annat dåligt argument från ”de som bestämmer” är att de vill hålla sig till lättmjölk för den är berikad med bl a D-vitamin. De har gått på kosmetik-argumentet. Först tas alla de naturliga vitaminerna bort, när man ta bort grädden, sen tillsätter man bara D-vitamin, men sanningen är att man får bara 0,8 mikrogram D-vitamin per 1,8 dl lättmjölk medan dagsbehovet av D-vitamin ligger mellan 10 och 25 mikrogram. Man måste alltså söka andra källor.

Så var det lögnen om de mättade fetterna, de som man alltid framhäver som skadliga, men modern forskning visar motsatsen. I reklamen påstår Unilever att LÄTTA görs bara på rapsolja och skummjolk, förutom vatten. Men SLV databas visar 13,9 % mättat fett, 17,8 % enkelomättat samt 6,6 % fleromättat (mest Omega-6). Rapsoljan är mycket fattig på mättade fetter, alltså döljer man i LÄTTA palm- eller palmkärnolja! Svagt av Unilever att inte kunna vara ärliga.

3 tunga argument mot lättmjölken och för standardmjölken. Men det finns ett fjärde:

Kostnaden! Lättmjölken är 34 % dyrare ur energisynpunkt, alltså per kcal.

I [följande kalkyl](#) visar vi att bytet till Bregott och standardmjölk skulle ge en vinst för skolmatsbudgeten på c:a 151 000 kr för lunch och mellanmål varje dag 180 dagar per år och 1000 elever. Har kommunpolitikerna tappat också sinnet för ekonomi?

Läs här [lokaltidningens reportage samt även mina kommentarer](#) (f n nr 8 och 6) om Unilevers lögn om de mättade fetterna samt om förhållandet fett/socker i mjölken

Se alla tidigare inlägg om [SMÖRUPPRORET i Kramfors](#)

[Om skolmat på Bengts nya blogg](#)

Somrig prisjämförelse för att kunna hålla i pengarna – som så många vill åt

Ja nu är vi redan framme vid hösten, så de priser vi uppgav i KNY 38 (juli) är säkert inte helt aktuella. Men avsikten var att ge en bild över variationerna mellan tre butiker, snarare än mellan månader. Det handlar ju om oerhörda summor, som vi med mera jämförelser kan spara, skattefritt!

[Läs mer om vad vi tidigare skrivit](#) om prisjämförelser på hemsidan

Intressanta synpunkter från riksdagsmännen om reklamen

Hela 42 procent vill lagstifta om nya begränsningar för mängden reklam eller dess uttrycksformer. Dessutom tycker 22 procent inte att reklam har någon viktig funktion alls att fylla i ett samhällsekonomiskt perspektiv.

Dagens Media har frågat samtliga 349 riksdagsledamöter om deras syn på reklam. I senaste numret av Dagens Medias papperstidning gör man en djupdykning i ”[marknadskommunikationens roll som tillväxtmotor i svensk ekonomi](#)”, några exempel [kan du läsa här](#).

Slaget om torsken i Östersjön

Fortsätter!

Debattartikel av Bengt Ingerstam i [Yrkesfiskaren 091023](#)

[Torsken i TV igen 29 april!](#) (länk till Uppdrag Granskning funkar inte längre)

Torsken har återhämtat sig mycket bra i Östra Östersjön, men fortfarande sprids desinformation och torsken har svårt att hitta ut i de svenska fiskdiskarna. Skyltarna ”Närfiskat” har haft svårt att hitta ut i diskarna också, men nu ska vi kunna börja fråga efter dem på allvar!

Nu har samarbetet mellan Sveriges Fiskares Riksförbund och WWF upphört och det kanske inte är så konstigt med bakgrund av de fiskeguider som cirkulerar. Läs vår [Gröna Lista](#).

I tidningen Yrkesfiskaren hittar vi denna dramatiska artikel: <http://www.yrkesfiskarna.se/>

[WWF nutidens överstepräster men avlatsbrevet fungerar inte](#)

[Mer detaljer om NÄRFISKAT](#)

PRODUKT-TEST FINDUS Biff Stroganoff



Speciellt:

Innehållsanalys:

Innehåller många ingredienser men inga som kan hänföras till något E-nr ”Utan onödiga tillsatser” ”utan tillsatta konserveringsmedel” (behövs det i en frysrätt?), ”utan transfetter”, låter ju bra men är numera inte tillåtet. Livsmedelsverket har förbjudit sådana påståenden och Findus har meddelat att de ska ta bort den informationen ([överklagandet ogillades i förvaltningsrätten](#)).

[Läs hela testen här](#)

Avsikten med dessa tester är inte att gå igenom hela marknaden utan visa på exempel hur man kan räkna och även konstatera att snabbmaten är inget för smaklökarna, börsen eller klimatet.

Men troligen når vi inte ut till just dessa konsumenter. Har du idéer om hur vi ska kunna sprida sådan här information?

Den offentliga maten

Det rör sig även ute i världen och inte bara här hemma. Debatten i medierna har ändå varit ganska het och även i valdebatten har både skolmaten och sjukhusmaten blivit valfråga.

Några axplock presenterar vi här:



[Vill du ha det här i kväll?](#)

Klen middag. Två delade köttbullar, lite ärtpuré och potatismos. Det är inte vad skogshuggaren Vesa Voimäki vill ha till middag.

Vill du ha det här i kväll? - Nyheter - Senaste nytt | Expressen - Nyheter Sport Ekonomi Nöje - Mozilla Firefox

http://www.expressen.se/1.2092706/vill-du-ha-det-har-i-kvall

Kän middag. Två delade köttbullar, lite arugula och potatismos. Det är inte vad skoghuggaren Vesa Voimäki vill ha till middag.

Vill du ha det här i kväll?

STOCKHOLM/TROLLHÄTTAN
 åt alltid mycket och gott - innan h...
 I dag består middagen av två del potatismos och en klick ärtpuré.
 - 25 procent av människorna i äld...
 Mats-Eric Nilsson, expert på stor...

Vesa Voimäki är en storvuxen skoghuggare från Haparanda. I hela sitt liv har han alltid fått äta sig mätt och hans fru har tagit hand om honom tills demenssen blev för svår.

Men nu på Tällbackens demensboende i Trollhättan är ingenting sig likt, berättar familjen. Maten tillägs centralt och kallas timbalcost. Det innebär att den är anpassad för personer med tuggsvårigheter och aptitproblem. Mindre mat, med mycket energi.

Är du rädd för att bli gammal och hamna på hem? - Mozilla Firefox

http://www.expressen.se/1.2093071/ar-du-radd-for-att-bli-gammal-och-hamna-pa-hem?poll_1_2093071.poll_submit=dummy&pollq=0&article

Är du rädd för att bli gammal och hamna på hem?

Ja, det är jag (92%)

Nej, jag är inte rädd (6%)

Vet inte (2%)

Start

Vill du ha det här i kväll... Är du rädd för att bli... Inkörgen för skis-h@... SV N

Debatt i TV4: Maten på både skolor och äldreboenden är ett hett ämne. Författaren Mats-Eric Nilsson och krögaren Melker Andersson diskuterar problemen, följt av debatt i ämnet med Maria Larsson (kd) och Carin Jämtin (s).

Artikel i source.se av Mats Hägglöf [Hur ska äldre människor äta?](#)

MP i Stockholm på SVD Brännpunkt: [Släng ut de svarta lådorna](#)

Karin Ahlberg i AB: [Låt ansvariga få äta maten](#)

Karin Ahlberg i AB: [Tvångsmata politikerna](#)

Debatt i AB: [Vi kräver riktig mat i vården!](#)

Lotta Lundgren i AB: [Vi har fått den mat vi bad om](#)

Lite från den internationella horisonten:

Kanal 5 visar en serie med [James Oliver som försöker förändra skolmaten i USA](#)

[Mexiko stoppar skräpmat i skolor](#)

[USA ska dra ner ytterligare på mättat fett](#) fast här sitter man fast i uppfattningen att det är fett som är boven

Debatten om genteknik och GMO trappas upp

I TV gick just i dagarna en repris från 2008: [Genförändrad mat – hot eller räddning?](#) finns att se fram till 27 augusti!

Den 16 augusti kom ett pressmeddelande från Utrikesdepartementet:

Pressinbjudan: [Kan genmanipulerade grödor rädda matkrisen?](#)

Som ett led i biståndsminister Gunilla Carlssons satsningar för ökad livsmedelssäkerhet, bjuder hon och Sveriges Lantbruksuniversitet (SLU) in till ett seminarium onsdag den 18 augusti i Alnarp om tryggad livsmedelsförsörjning för utvecklingsländerna. Fokus för seminariet ligger på växtförädling och genmanipulerade grödor, GMO. Statsråd: Gunilla Carlsson. Inga kritiska röster var inbjudna att tala eller delta. Märkligt att dessa två saker inträffar samtidigt (filmen klart positiv till gmo-utveckling i tredje världen!).

Media har haft en del som vi här tipsar om:

EXPRESSEN [Ledare 100801 Ja till GMO](#)

EXPRESSEN: [100730 Striden om GMO-maten kan börja](#)

Vetenskapsradion 100721: [GMO på sin spets, om bioplanta som känner hotet](#)

Realtid.se [Genmodifierad lax mot frysdisk](#)

Lantbruk: [Är vi på väg att få in GMO i mjölken?](#)

Så vad gör vi då som konsument, så länge? I nuläget gäller att köpa KRAV-märkt eller Sigill-märkt. Heder åt Svenskt Sigill, LRF-företaget som [inte godtar GMO-foder till djuren](#).

KONSUMENT-NYCKELN

[En NYCKEL för dig som konsument till bättre hälsa, ekonomi och miljö](#)

Prova-på medlemskap i ett år för 99:-

Passa också på att få med så många som möjligt som medlemmar och därmed aktiva i lokala grupper. [Se erbjudandet om ”prova-på” medlemskap för 99:- för ett helt år.](#)

KÖKSSKOLAN – en bok att ge bort NU!

Med praktiska råd om hantering av olika livsmedel och hushållning – aktuell för klimatsmartare konsumtion.

En ren guldgruva nu när det börjar bli aktuellt att laga mera mat och veta mera om Säker Mat, med bra råvaror och utan onödiga tillsatser.

Boken är tidlös men mer aktuell nu än tidigare. Köp en eller flera och ha som present. [Kan beställas här](#) men levereras från mig, då jag tagit över lagret under 2009.

Boken kostar normalt 150:- **men du som medlem får den för 100:-** plus porto 48:-. Sätt in 148:- för varje bok på mitt plusgiro 55 64 49-7. Levereras med en bok per påse. Vill du ha den skickad till någon annan så uppge tydligt mottagarens adress.

Boken är tidlös och späckad med kunskap, alltså inte typ ”matporr”.

Vill du läsa tidigare Nycklar (KNY) - [klicka här](#):

Utgivare Sveriges Konsumenter i Samverkan, Box 88, 577 22 Hultsfred – 0495-498 34