



## Nyord för minskat matsvinn!

Inspiration och riktlinjer för skolor, kommuner, livsmedelsföretag, -butiker eller andra aktörer som vill använda nyord på det som kallas svinniska, i arbetet för ett minskat matsvinn.

# Innehåll

Matsvinn .....	3
Hur du kan använda nyorden.....	4
Hela listan med nyord i alfabetisk ordning .....	5
Hjälp till att sprida nyorden .....	6
FAQ.....	8

# Matsvinn

En tredjedel av all mat som produceras i världen går förlorad eller slängs. Det innebär en påfrestning för miljön helt i onödan. Därför är det viktigt att vi tillsammans arbetar för att minska matsvinnet. Ett minskat matsvinn innebär både sparade pengar och resurser vilket i sin tur leder till en mer hållbar tillvaro.

Därför har Livsmedelsverket tagit fram nya ord – som vi kallar svinniska – som beskriver smarta sätt att tänka kring mat för att undvika matsvinn i vardagen. Materialet vänder sig till dig som arbetar inom skolan, kommunen, livsmedelsföretag eller -butik. Genom att använda materialet kan du hjälpa till att sprida information om minskat matsvinn och bidra till FN:s hållbarhetsmål Agenda 2030.

Svinniskan består av ord som på ett humoristiskt sätt vill få konsumenter att stanna upp och tänka efter. De svinniska nyorden utgår från Livsmedelsverkets egna råd för situationer när kunder, konsumenter – eller du och jag – planerar, förvarar och tar hand om rester, som modellen här nedanför visar. Den bygger på REFRESH-modellen, som tagits fram inom ett EU-projekt för att minska matsvinnet.

I det här dokumentet hittar du inspiration, riktlinjer och länkar till material att ladda ner. En stor del av materialet kan du själv enkelt anpassa efter din verksamhets behov och grafiska profil. På så vis blir vi ännu fler som sprider svinniskan!

## REFRESH-modellens tre steg



**Planera** handlar om att tänka efter innan vi handlar och när vi handlar. Som att kontrollera vad som finns hemma, göra listor, och enbart handla så mycket som går åt.



**Förvara** handlar om att se till att maten håller så länge det går. En enkel tumregel är att kylskåpet har en temperatur på 4 grader och frysen -18.



**Ta vara på resterna** handlar både om att ta lagom på tallriken och att se rester på ett nytt sätt, en bonus! Överbliven mat kan bli en ny maträtt.

# Hur du kan använda nyorden

Svinniskan som kommunikation är uppbyggd på det här sättet:

## Nyord

← Nyord är själva svinniskan.  
Det nya ordet.

Ordets betydelse formulerad  
i en kort mening.

← Här kommer en kort lustfylld  
beskrivning av svinniskan. Vad  
det betyder.

Här är några exempel:

Nyord för minskat matsvinn

### Svinnventera

Att djupdyka i skåpen på jakt efter maten du kanske glömt.



Nyord för minskat matsvinn

### Vaskvägra

Att inte slänga mat som fortfarande funkar utmärkt att äta.



Nyord för minskat matsvinn

### Bäst före-snooza

Att förlänga hållbarheten genom att titta, lukta och smaka sig fram.



Nyord för minskat matsvinn

### Kylchilla

Att sänka temperaturen i kylan och sedan chilla, maten håller ju längre!



# Hela listan med nyord i alfabetisk ordning

## **bäst-före-snooza**

Att förlänga hållbarheten genom att titta, lukta och smaka sig fram.

## **grytmaxa**

Att kasta i några extra ingredienser som har passerat bäst före-datum i långkoket.

## **grönchilla**

Att förvara grönsaker i kylan så att de håller längre.

## **kaoskomponera**

Att fantisera ihop nya rätter av sådant som annars skulle slängas.

## **klimatklipp**

Att fynda en vara som närmar sig bäst före-datum.

## **klimatro**

Känslan som infinner sig när du inte har slängt mat på hela veckan.

## **kylchilla**

Att sänka temperaturen i kylan och sedan chilla, maten håller ju längre!

## **menyflexa**

Att improvisera fram en annan måltid än den planerade...när livspusslet ändras.

## **nollvisiona**

Att bestämma sig för att aldrig mer kasta mat som går att äta.

## **nytt-i-panna**

En måltid gjord på veckans rester.

## **restbonus**

Pengarna du tjänar på att inte att slänga så mycket mat.

## **restotto**

Festrätt gjord på riset som blev över.

## **restsamtal**

Att ringa hem och kolla vad som redan finns innan du handlar mer.

## **skafferipussla**

Att slänga ihop en rätt av det som finns hemma i skafferiet.

## **soppspika**

Att slänga ihop en rätt av det som finns hemma i skafferiet.

## **svinnsikt**

Att få insikt om sitt eget matsvinn och sluta slänga mat i onödan.

## **svinntage**

När gårdagens middag är ännu godare dagen efter.

## **svinnventera**

Att djupdyka i skåpen på jakt efter maten du kanske glömt.

## **svinnvestera**

Att bara köpa mat som man vet kommer att gå åt.

## **vaskvägra**

Att inte slänga mat som fortfarande funkar utmärkt att äta.

# Hjälp till att sprida nyorden

Nyorden är framtagna för att ge tips och råd till konsumenter om olika sätt att minska matsvinnet. Du kan använda materialet rakt av (med Livsmedelsverkets logotyp och profil), lägga till din egen logotyp eller anpassa och formge en kampanj med din verksamhets egen grafiska profil. Du kan använda materialet på sociala medier, i nyhetsbrev, i skolan, på bibliotek, i din butiksskyltning, på tv-skärmar med mera.

Här ser du exempel på de tre varianterna:



Nyord för minskat matsvinn

## Vaskvägra

Att inte slänga mat som fortfarande funkar utmärkt att äta.

Läs mer om att stoppa matsvinnet  
[livsmedelsverket.se/matsvinn](https://livsmedelsverket.se/matsvinn)

 Livsmedelsverket

Livsmedelsverkets färdiga material.



Nyord för minskat matsvinn

## Vaskvägra

Att inte slänga mat som fortfarande funkar utmärkt att äta.

Läs mer om att stoppa matsvinnet  
[livsmedelsverket.se/matsvinn](https://livsmedelsverket.se/matsvinn)

 Er logotyp

Livsmedelsverkets material med er logotyp tillagd.



Nyord för minskat matsvinn

## VASKVÄGRA

Att inte slänga mat som fortfarande funkar utmärkt att äta.

Läs mer om att stoppa matsvinnet  
[erwebbplats.se/matsvinn](https://erwebbplats.se/matsvinn)

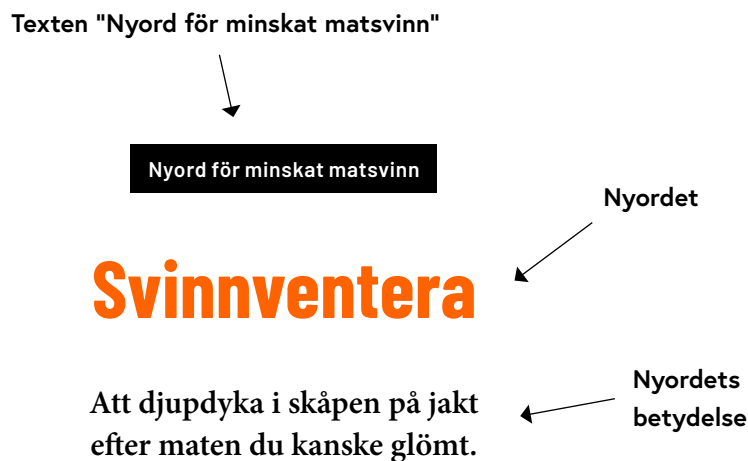
 Er logotyp

Materialet anpassat till er verksamhets grafiska profil.

## Riktlinjer

Det finns några riktlinjer som du behöver följa när du vill använda svinniskan i din egen kommunikation och vill anpassa materialet till er grafiska profil.

Färg och form väljer ni fritt men de texter som behöver ingå i materialet är:



### I sociala medier

Om du ska publicera materialet på sociala medier kan du ha med hashtags, om du vill. Några förslag på hashtags att använda är:

#svinniska

#minskamatsvinnet

#livsmedelsverket

Det går också bra att tagga Livsmedelsverket (@livsmedelsverket).

Du kan också hänvisa till en webbplats med mer information, antingen din egen eller [livsmedelsverket.se/matsvinn](https://livsmedelsverket.se/matsvinn). Det går också bra att kopiera texten som ligger där och lägga in på din egen webbplats.

# FAQ

Här har vi samlat några frågor och svar kring hur du kan använda våra nyord på svinniska.

**Fråga: Måste jag ha med Livsmedelsverkets orange färg?**

Svar: Nej, det viktiga är att du skriver vad nyordet betyder. Du kan använda vilken färg du vill.

**Fråga: Får jag göra om materialet så det passar min verksamhets grafiska profil?**

Svar: Ja, det går bra!

**Fråga: Får jag publicera materialet när jag vill under året?**

Svar: Ja! Matsvinn är ju något vi behöver tänka på att minska året runt. Men vissa tillfällen kan passa extra bra, som exempelvis runt högtider då mycket mat äts och slängs: påsk, midsommar, allahelgona och jul. Matsvinnsdagen infaller den 29:e september varje år – det är också ett perfekt tillfälle att använda nyorden!

**Fråga: Kan jag komma på egna nyord?**

Svar: Ja, det kan du! Det finns säkert fler ord som kan locka till eftertanke kring mat och ett minskat matsvinn hos konsumenter. Hitta gärna på egna nyord! Det enda vi vill är att du hör av dig till oss och stämmer av ordet och ordförklaringen. Ordet ska dels vara en kombination av ord som skapar ett helt nytt, dels stämma överens med våra tips för minskat matsvinn och säker, bra mat.

Kontakta [matsvinn@slv.se](mailto:matsvinn@slv.se) eller ring 018-17 55 00 och fråga efter Karin Fritz, projektledare för regeringsuppdrag minskat matsvinn.

Lycka till och hör av dig om du har några frågor!