

Matsvinn i hemmet 2022

Kännedom, attityd och beteende



Denna titel kan laddas ner från: [Livsmedelsverkets sida för att beställa eller ladda ner material](#).

Citera gärna Livsmedelsverkets texter, men glöm inte att uppge källan. Bilder, fotografier och illustrationer är skyddade av upphovsrätten. Det innebär att du måste ha upphovsmannens tillstånd att använda dem.

© Livsmedelsverket, 2023.

Författare:

Karin Fritz.

Rekommenderad citering:

Livsmedelsverket. Fritz, K. 2023. L 2023 nr 03: Matsvinn i hemmet – kännedom, attityd och beteende.

Livsmedelsverkets rapportserie. Uppsala.

L 2023 nr 03

ISSN 1104-7089

Omslag: Livsmedelsverket

Innehåll

Sammanfattning	4
Inledning.....	5
Metod och genomförande	6
Syfte.....	6
Information om statistiska jämförelser.....	6
Jämförelser mellan åren.....	6
Skillnader mellan grupper i årets mätning	6
Konsumenternas kännedom om matsvinn	7
Information om minskat matsvinn.....	7
Matsvinn som miljöproblem	8
Hur viktigt är det för miljön och ekonomin att minska matsvinnet?	9
Kunskap om bäst före-datum och sista förbrukningsdag	10
Kylskåpstemperatur	12
Hållbarhet för tillagad mat som förvaras i kylskåp.....	13
Konsumenternas attityd till matsvinn	14
Ansvar för ett minskat matsvinn	14
Mat med skönhetsfel	15
Konsumenternas beteende kring matsvinn	16
Mängden mat som slängs	16
Vad slängs mest och anledningen till att mat slängs?.....	17
Att avgöra om olika typer av livsmedel går att äta	18
Inköp av prissänkta varor med kort slutdatum	19
Förvaring av frukt och grönsaker och bröd	20
Diskussion och slutsatser	22
Bilaga 1. Frågor.....	24

Sammanfattning

Matsvinn är mat och dryck som slängs i stället för att ätas. Matsvinn uppstår överallt där livsmedel hanteras och det är viktigt att hela livsmedelssystemet arbetar för att förebygga och minska matsvinnet. Både globalt och i Sverige uppstår en betydande del av matsvinnet i hushållen. Därför är det fortsatt viktigt för Livsmedelsverket att vända sig till konsumenterna i arbetet med att minska matsvinnet. Detta är en uppföljande konsumentundersökning för att se om konsumenternas kännedom, attityd och beteende när det gäller matsvinn har förändrats sedan undersökningen som genomfördes 2020. Konsumentundersökningen har genomförts via en webbaserad enkät.

Fler har nåtts av information om hur de kan minska sitt matsvinn, vilket är positivt och kan skapa förutsättningar för att matsvinnet fortsätter minska. Klimatet och miljön och den egna ekonomin är viktiga anledningar till varför konsumenterna vill minska sitt matsvinn. Att konsumenterna anser att ett minskat matsvinn är viktigt både för miljön och plånboken är viktiga förutsättningar för att ändra beteenden.

Kunskapen om datummärkning har gått åt fel håll. Betydelsen av vad bäst före-dag innebär är fortfarande känt bland många konsumenter i Sverige, men färre vet denna gång vad denna märkning betyder. Detta har gått från 86 till 80 procent. Samtidigt som lika många, cirka 60 procent fortfarande felaktigt svarar att man kan äta mat som har passerat sista förbrukningsdag. Det är viktigt att fortsätta informera och utveckla kunskapen om datummärkning. Om fler förstår vad bäst före-dag betyder, att man kan använda sina sinnen för att avgöra om maten går att äta när datumet har passerat, kan det leda till att minska matsvinnet i hemmet.

Medvetenheten bland konsumenterna om fördelarna av att ha 4 °C i sitt kylskåp behöver fortsätta öka. Vid 4 °C håller kylvarorna dubbelt så länge än vid 8 °C. Det innebär att man har längre på sig att ta hand om och äta upp maten. Bara 40 procent svarar att de har mellan 3-5 °C i kylskåpet, lika många svarade det 2020. Här finns potential för fler hushåll att sänka temperaturen i sina kylskåp vilket i sin tur kan leda till minskat matsvinn.

Kunskapen om att tillagad mat kan förvaras upp till en vecka i kylskåpet behöver öka. Ingen förändring har skett hos konsumenterna sedan 2020. Efter grönsaker och frukt är tillagad mat det vi slänger mest av i hemmen. Om kunskapen att tillagad mat håller upp till en vecka skulle öka, kan detta leda till minskat matsvinn. Fler behöver känna sig trygga med att tillagad mat kan hålla längre om den förvaras på rätt sätt.

Konsumenters "svinnsikt" – deras insikt om sitt eget matsvinn – behöver fortsätta öka. Det samma gäller också motivationen att ta hand om maten bättre. Kommunikation och kampanjverksamhet kan påverka konsumenters beteende till viss del, men för att kunna nå målet i Agenda 2030 och halvera matsvinnet, krävs kompletterande insatser i flera delar av livsmedelssystemet. Alla som jobbar med livsmedel och hållbar konsumtion behöver underlätta för konsumenter att göra bättre val.

Generellt har unga vuxna sämre kunskaper om hur de kan hantera maten för att minska matsvinnet än äldre.

Inledning

Matsvinn är livsmedel som har producerats i syfte att bli mat men som av olika anledningar inte går vidare i livsmedelskedjan och äts upp. Det är ett slöseri av jordens resurser och innebär även ekonomiska förluster. Samtidigt finns stora utmaningar för att få maten att räcka till världens växande befolkning. Ett av de globala hållbarhetsmålen i Agenda 2030, handlar om att halvera matsvinnet från butik till konsument, och minska matsvinnet längs hela livsmedelskedjan, även förlusterna efter skörd. Detta mål har också brutits ned till två etappmål för minskat matsvinn inom det svenska miljömålssystemet. Livsmedelsverket har tillsammans med Jordbruksverket och Naturvårdsverket ett pågående regeringsuppdrag inom livsmedelsstrategin för att arbeta med att minska matsvinnet mellan 2020-2025.

Matsvinn uppstår överallt där livsmedel hanteras. Ett halverat matsvinn kan bara uppnås om alla led i livsmedelskedjan - från produktion, förädling, transport, förpackning och handel till konsument – bidrar genom att ta hand om maten bättre. Hushållen står för den största delen av matsvinnet. Där är matens samlade miljöpåverkan högst eftersom det är kedjans sista led. Matsvinnet har minskat i hushållen och den senaste nationella statistiken från 2021 visar att varje person slänger 15 kilo mat i sopkorgen och 18 kilo mat hålls ut i vasken per person och år. Men för att nå målet i Agenda 2030 och halvera matsvinnet, behöver takten ökas.

Det är viktigt att följa hur hushållens kännedom, attityder och beteenden i relation till matsvinn utvecklas. Livsmedelsverket har därför genomfört en uppföljande webbaserad konsumentundersökning till den som genomfördes 2020. Med syfte att se hur utvecklingen har skett mellan år 2020 och 2022. Detta kommer att följas upp med ytterligare en undersökning innan det nuvarande uppdragets slut år 2025.

Karin Fritz, projektledare för regeringsuppdraget för minskat matsvinn, har ansvarat för att skriva denna rapport. Andra som också arbetat med rapporten är Mattias Olsson, kommunikationsstrateg.

Livsmedelsverket

Britta Ekman

Avdelningschef, Avdelningen hållbara matvanor

April 2023

Metod och genomförande

Denna uppföljande konsumentundersökning genomfördes av Origo group under november-december 2022 på uppdrag av Livsmedelsverket. Enkäten var webbaserad och besvarades av 1005 respondenter. Basmätningen, som resultatet jämförs mot, genomfördes mellan november 2020 till januari 2021 och besvarades av 1006 respondenter. Undersökningen riktades till hela Sveriges vuxna befolkning från 18 år och uppåt. För att säkerställa ett representativt urval i undersökningen har Origo Group stratifierat urvalet med hänsyn tagen till kön, ålder och geografisk spridning. Fördelningen av svaren stämmer väl med motsvarande fördelning i SCB:s befolkningsstatistik 2021.

Det är viktigt att komma ihåg att svaren i konsumentundersökningen endast utgörs av konsumenternas uppfattningar om sitt beteende. Undersökningen och den här rapporten drar inte några slutsatser om konsumenternas faktiska handlingar vad gäller hanteringen av mat och matsvinn.

Syfte

Syftet med studien är att få en ökad förståelse om svenska folkets kunskap, attityder och självupplevda beteenden kopplat till matsvinn. Vidare syftar studien till att följa utveckling mellan basmätningen och denna uppföljande mätning. Resultaten ligger också till grund för framtida satsningar, till exempel för att ta fram kunskapsunderlag eller informationsinsatser riktade till konsumenter, som ska bidra till att fler har bättre förutsättningar att minska sitt matsvinn.

Information om statistiska jämförelser

Alla skillnader som nämns i texten är signifikanta skillnader, alltså statistiskt säkerställda skillnader. Läs mer nedan.

Jämförelser mellan åren

Vid jämförelser mellan åren används t-test. Nollhypotesen vid signifikanstestet är att det inte finns några skillnader mellan åren. Om årets resultat skiljer sig tillräckligt mycket åt från resultatet år 2020 förkastas nollhypotesen. I de fall nollhypotesen förkastas säger man att skillnaden är signifikant och beror därmed inte på slumpen. Vid dessa tester har signifikansnivån bestämts till 5 procent. Signifikansnivån är risken att förkasta en sann nollhypotes. Alla skillnader som nämns i texten är signifikanta skillnader.

Skillnader mellan grupper i årets mätning

För att kontrollera om det finns signifikanta skillnader mellan grupper i årets mätning och mellan åren har signifikanstest gjorts med hjälp av z-test i programvaran SPSS. Vid dessa test är nollhypotesen att det inte finns några skillnader mellan grupperna. Om resultatet i en grupp skiljer sig tillräckligt mycket åt från resultatet i en annan grupp förkastas nollhypotesen. I de fall nollhypotesen förkastas säger man att skillnaden är signifikant och beror därmed inte på slumpen. Vid dessa tester har signifikansnivån bestämts till 5 procent. Signifikansnivån är risken att förkasta en sann nollhypotes.

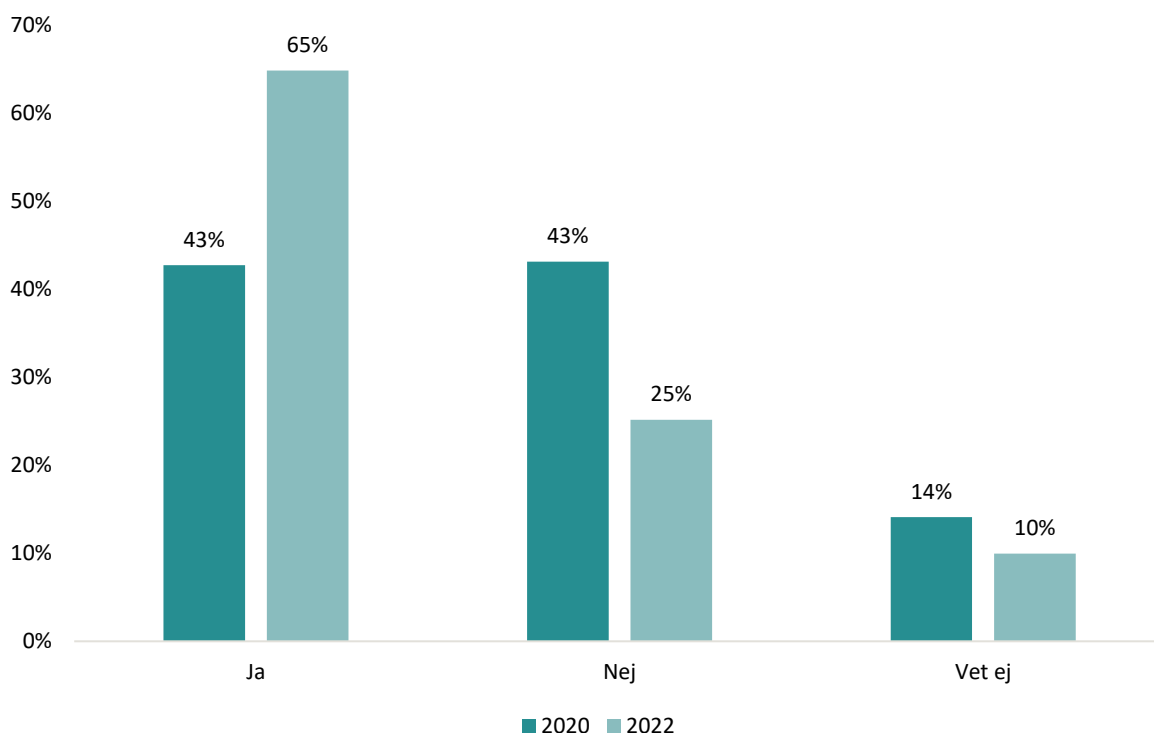
Konsumenternas kännedom om matsvinn

Hur välkända är utmaningarna med matsvinn? Hur tänker konsumenterna kring matsvinnets påverkan på miljön och ekonomin? Känner de till de olika sätt som finns för att minska matsvinnet hemma? I följande avsnitt presenteras resultatet av frågor som rör konsumenternas kännedom om matsvinn.

Information om minskat matsvinn

Livsmedelsverket har, enligt handlingsplanen för minskat matsvinn¹, ansvar att driva återkommande konsumentkampanjer. Budskapen har hittills varit fokuserade på tips för att minska matsvinnet i hemmet.

Har du under det senaste året tagit del av information om hur du kan minska ditt matsvinn?



Bas 2022: 1005 svar. Bas 2020: 1006 svar.

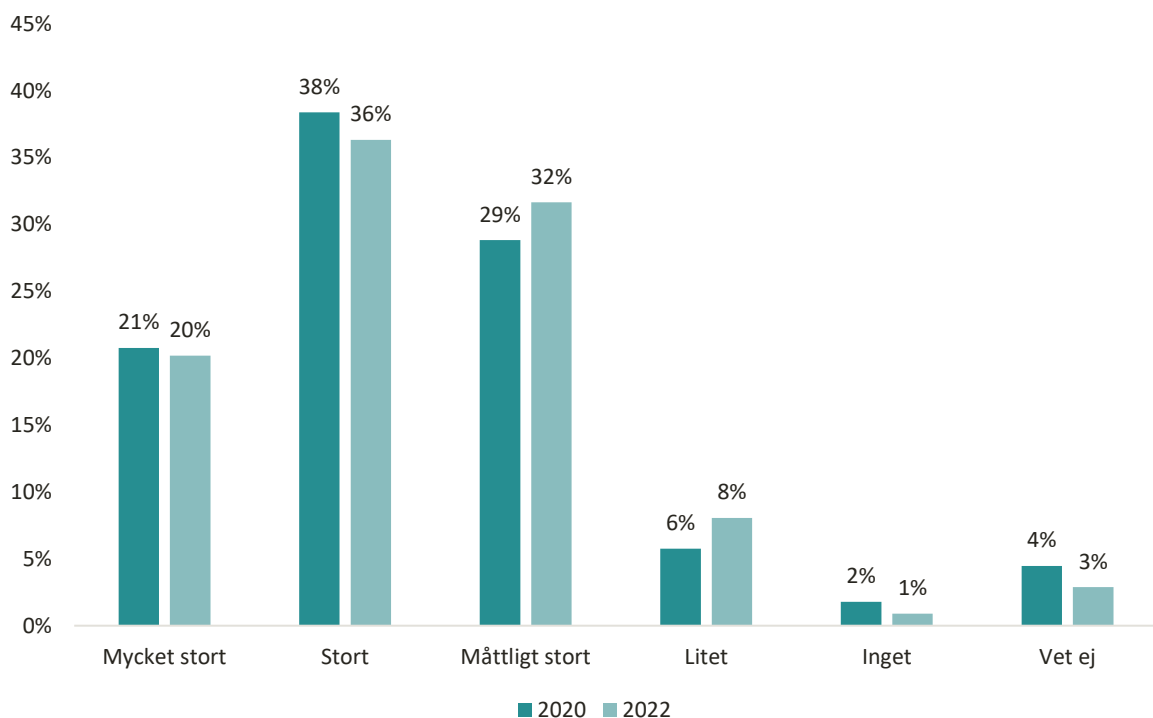
¹Handlingsplan för minskat matsvinn "Fler gör mer"

Nästan 2 av 3 har under det senaste året tagit del av information om hur de kan minska sitt matsvinn. Detta är en tydlig ökning jämfört med 2020 då 4 av 10 svarade det. Förändringarna är statistiskt säkerställda. Kvinnor är överrepresenterade bland de som tagit del av information om hur man kan minska sitt matsvinn. Både 2022 och 2020.

Matsvinn som miljöproblem

En tredjedel av all mat som produceras globalt går förlorad eller slängs. Det innebär ett enormt slöseri både med jordens resurser och för ekonomin helt i onödan. Ett av målen i FN:s globala hållbarhetsmål, Agenda 2030, handlar om att halvera matsvinnet och minska matsvinn och förluster i hela kedjan.

I vilken grad anser du att matsvinn är ett problem för miljön?

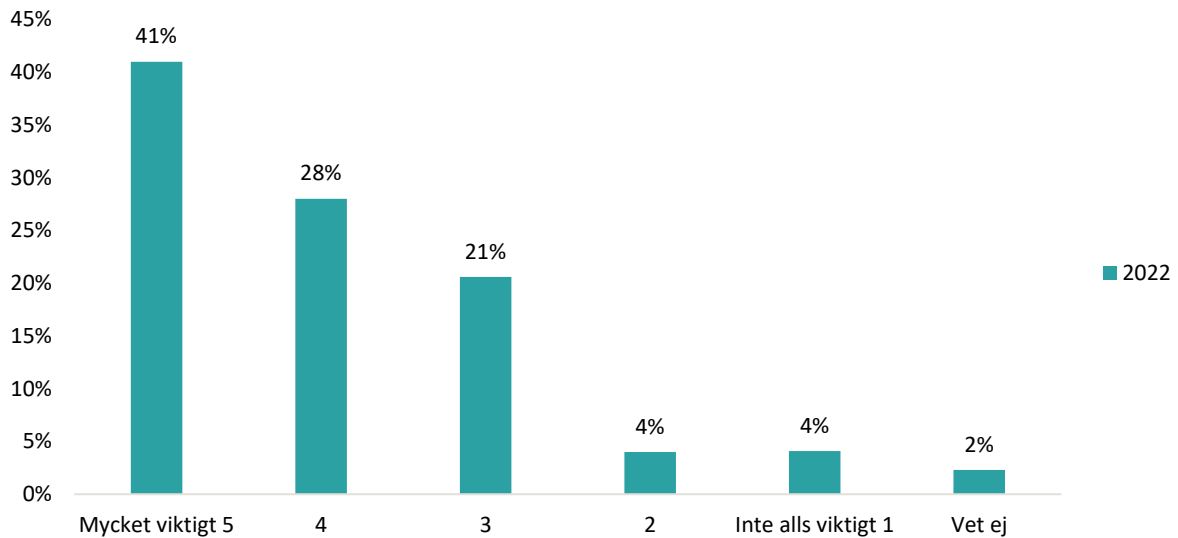


Bas 2022: 1005 svar. Bas 2020: 1006 svar.

Knappt 6 av 10 har svarat att det är ett mycket stort eller stort problem för miljön, vilket bekräftar hur konsumenterna svarar 2020. Det har inte skett någon förändring över tid men det finns skillnader i kön och hushållens inkomst. Kvinnor anser i högre utsträckning att det är ett stort problem för miljön än män. Männen ser det i högre grad som ett måttligt problem. Det är också vanligare bland de som inte har en högskole- eller universitetsutbildning att se matsvinn som ett måttligt stort problem.

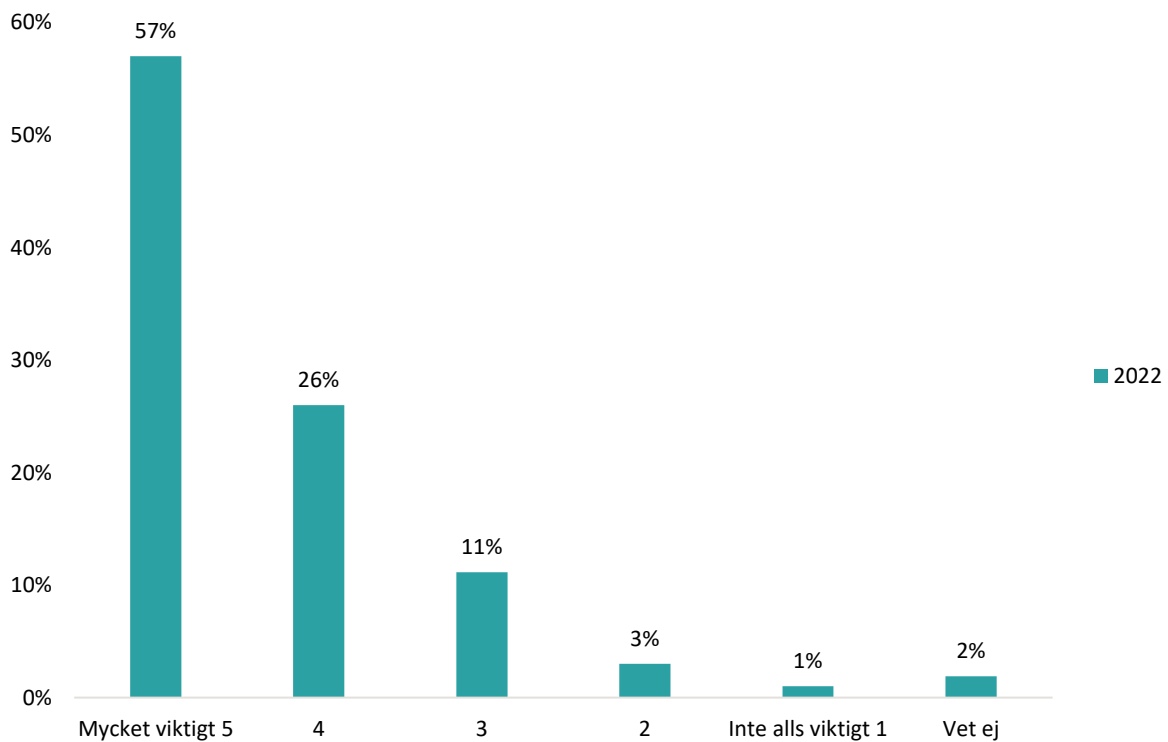
Hur viktigt är det för miljön och ekonomin att minska matsvinnet?

Hur viktigt tycker du att det är för miljön att minska matsvinnet?



Bas 2022: 1005 svar.

Hur viktigt tycker du att det är för ekonomin att minska matsvinnet?



Bas 2022: 1005 svar.

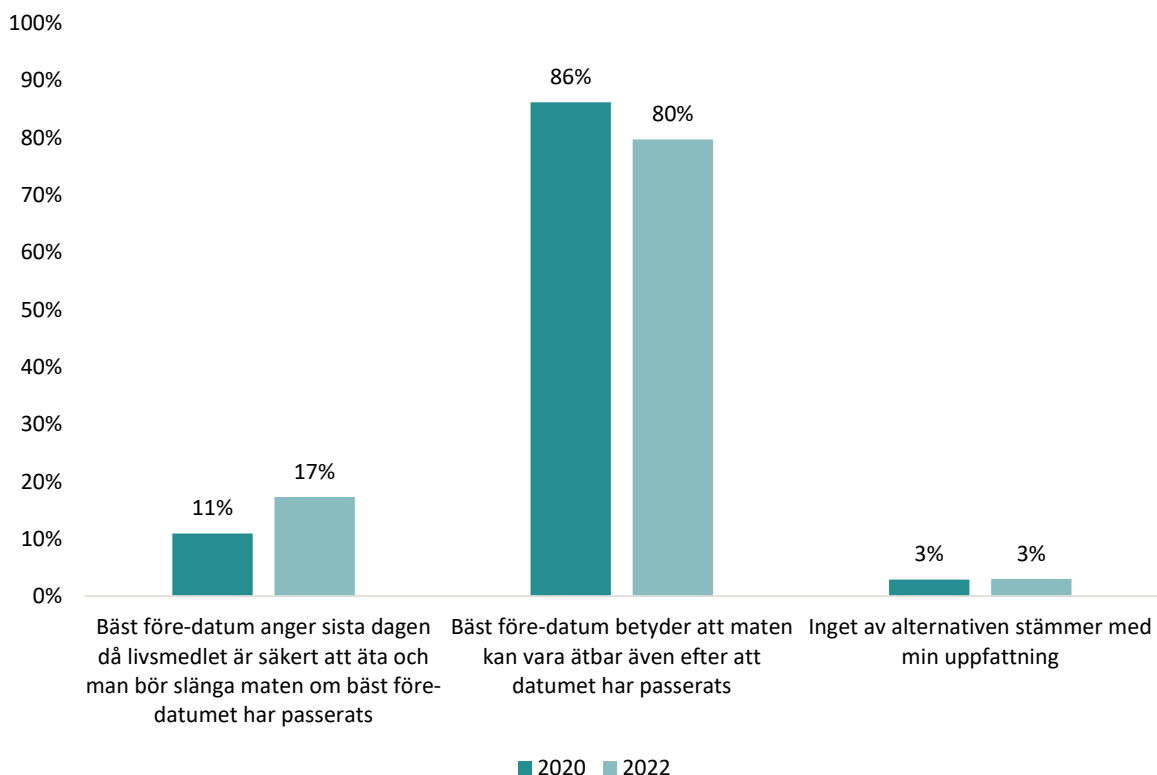
De flesta ser både klimatet och miljön samt den egna ekonomin som viktiga anledningar att minska matsvinnet. Kvinnor anser i högre utsträckning än män att både den egna ekonomin och klimatet och miljön är mycket viktiga anledningar. De som bor i hyreslägenhet svarar i större utsträckning än andra att den egna ekonomin är en mycket viktig anledning. De som har högeskole- eller universitetsutbildning uppger i större utsträckning än personer med gymnasieutbildning att klimatet och miljön är mycket viktiga anledningar till att minska matsvinnet. Ekonomin är en viktigare faktor för de som är bosatta i mindre städer och landsbygdskommuner jämfört med de som bor i storstäder eller storstadsnära kommuner.

Denna fråga ställdes inte 2020.

Kunskap om bäst före-datum och sista förbrukningsdag

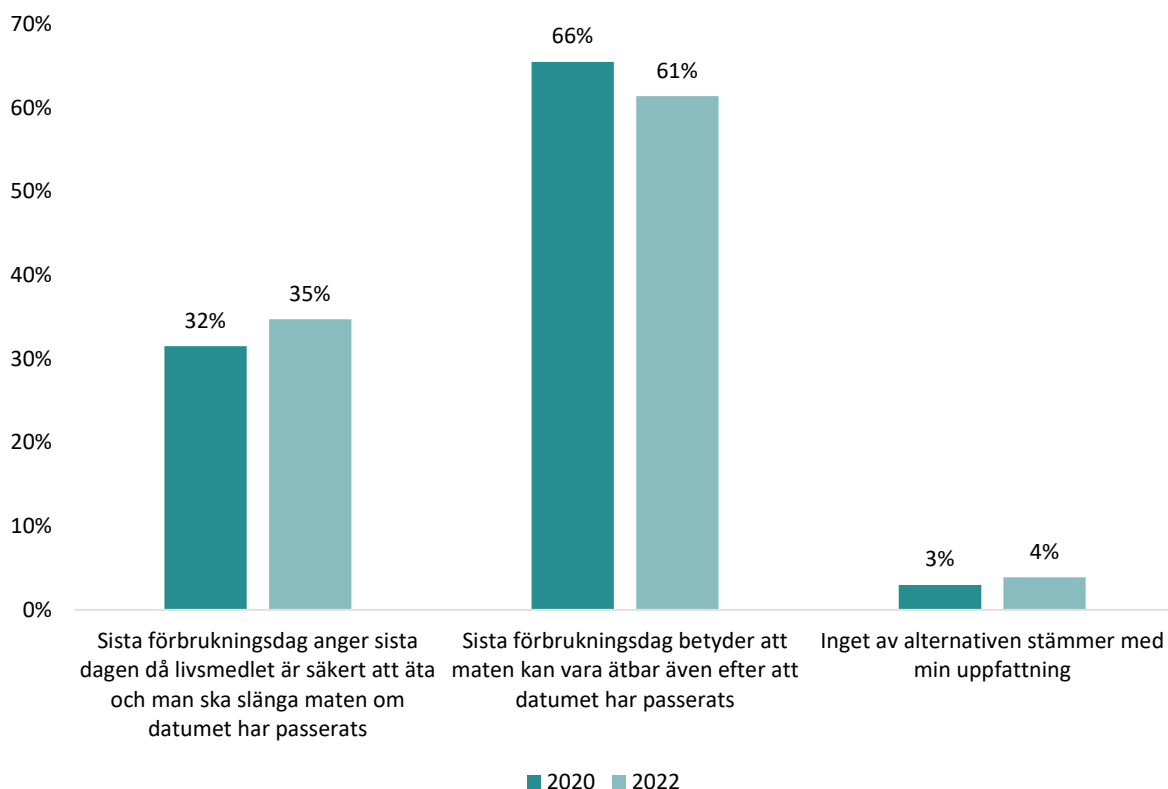
Livsmedelsverket informerar kontinuerligt om datummärkningarnas betydelse. Bäst före-datumet kan ses som en guide för hur länge maten förväntas behålla sin kvalitet. Märkningen sista förbrukningsdag handlar däremot om hur länge ett livsmedel är säkert att äta. Det är viktigt att ta reda på konsumenternas kunskap om de båda märkningarna.

Vad stämmer bäst med din uppfattning om bäst före-datum?



Bas 2022: 1005 svar. Bas 2020: 1006 svar.

Vad stämmer bäst med din uppfattning om sista förbrukningsdag?



Bas 2022: 1005 svar. Bas 2020: 1006 svar.

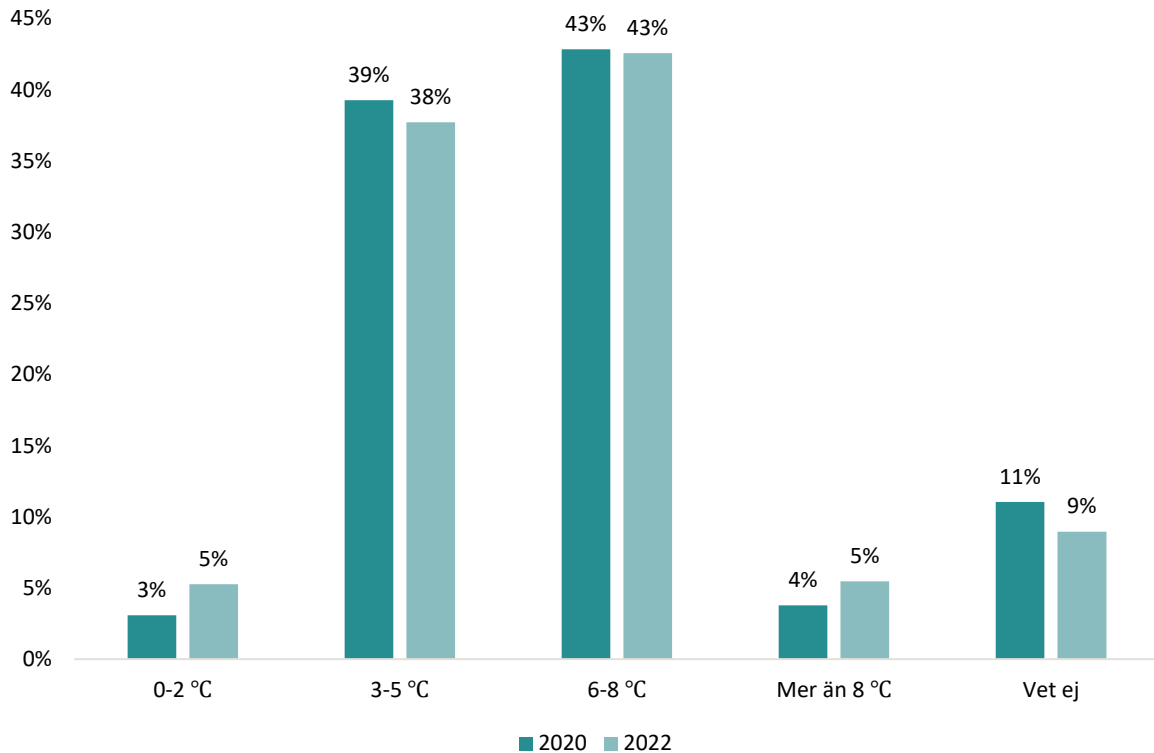
8 av 10 känner till att bäst före-datum innebär att maten kan vara ätbar även efter att datumet har passerat. När denna fråga ställdes 2020 svarade knappt 9 av 10 detta. Andelen som känner till vad bäst före-dag betyder har gått ner, denna skillnad är statistiskt säkerställd. Samtidigt har andelen konsumenter som tror att maten inte är säker efter bäst före-datumet har passerat ökat från 11 till 17 procent, även denna skillnad är statistiskt säkerställd. Det finns variationer mellan åldersgrupper, där de yngre (18-29 år) i lägre grad har kunskap om vad bäst före-dag betyder.

1 av 3 känner till vad sista förbrukningsdag betyder. Här har ingen förändring skett mellan 2020 och 2022. Precis som i undersökningen 2020, är det mer än 6 av 10 som tror att sista förbrukningsdag betyder att maten kan vara ätbar efter att datumet har passerat.

Kylskåpstemperatur

Livsmedelsverket rekommenderar en kylskåpstemperatur på 4 °C eftersom det gör att kylvarorna håller längre, vilket kan leda till ett minskat matsvinn.

Vilken temperatur har du i ditt kylskåp?



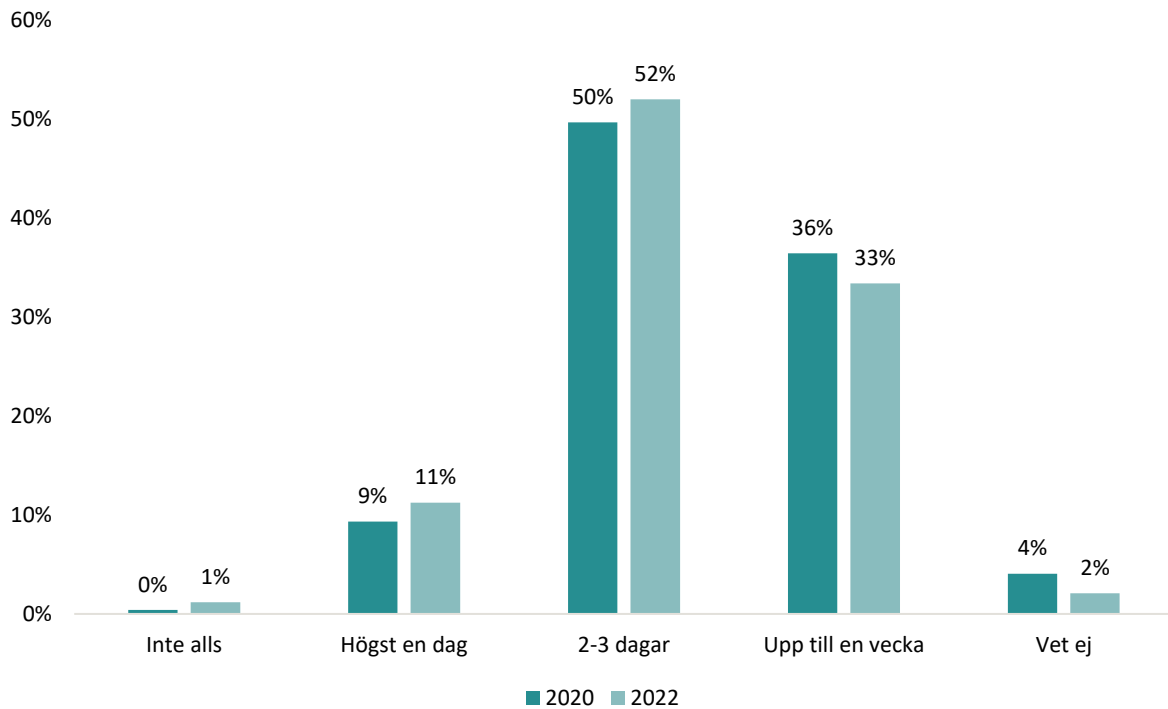
Bas 2022: 1005 svar. Bas 2020: 1006 svar.

Även denna gång svarar nästan 4 av 10 att de har mellan 3-5 °C i kylskåpet samtidigt som drygt 4 av 10 svarar att de har mellan 6-8 °C. Här har ingen förändring skett jämfört med undersökningen 2020. De äldsta svarar i högre grad än övriga åldersgrupper att de har 3-5 °C grader i kylskåpet.

Hållbarhet för tillagad mat som förvaras i kylskåp

Enligt Livsmedelsverkets rekommendationer kan tillagad mat som förvarats i kylskåp (4 °C) oftast ätas upp till en vecka efter tillagning.

Om du har överbliven mat från en tillagad måltid och du har satt in den i kylskåpet ganska direkt - hur länge håller den sig i kylskåpet?



Bas 2022: 1005 svar. Bas 2020: 1006 svar.

En tredjedel tror även i denna undersökning att tillagad mat håller upp till en vecka i kylskåpet. Ungefär 60 procent svarar att den håller mellan en och tre dagar.

Den yngsta åldersgruppen (18-29 år) svarar i högre grad än övriga åldersgrupper att de tror att maten håller en dag. Den yngsta åldersgruppen svarar också i lägre grad än övriga åldersgrupper att de tror att maten håller upp till en vecka. Även de med högskole- eller universitetsutbildning svarar i större utsträckning att maten håller upp till en vecka, jämfört med övriga. Dessa skillnader är statistiskt säkerställda.

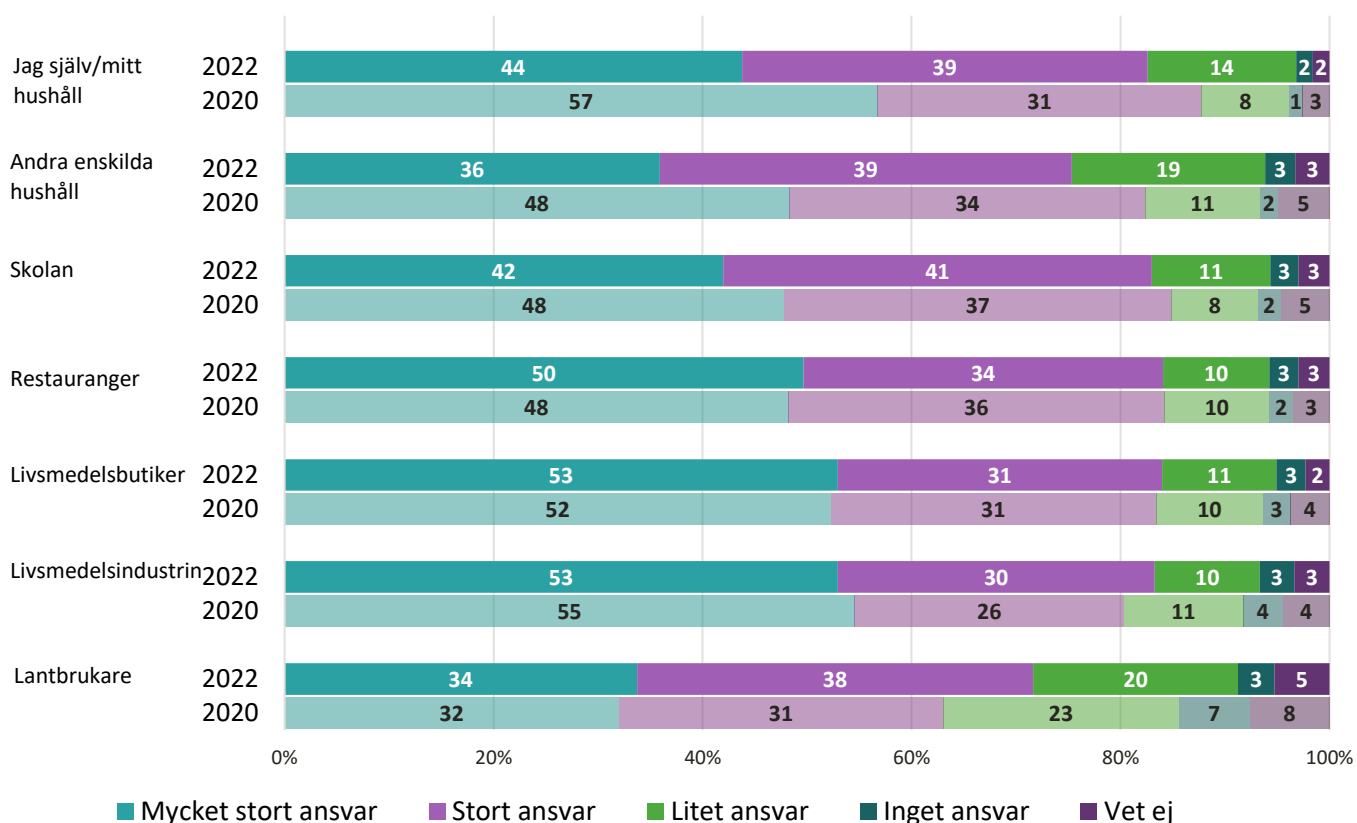
Konsumenternas attityd till matsvinn

Med attityd menas här inställningen till något, en inlärd föreställning som kan påverka beteendet. Här följer resultatet av frågorna i undersökningen som berör attityder som kan påverka matsvinnet.

Ansvar för ett minskat matsvinn

För att nå målet i Agenda 2030 behöver alla aktörer i livsmedelskedjan från jord till bord bidra, så även konsumenterna.

I vilken grad anser du att följande aktörer har ansvar för att minska matsvinnet?



Bas 2022: 1005 svar. Bas 2020: 1006 svar.

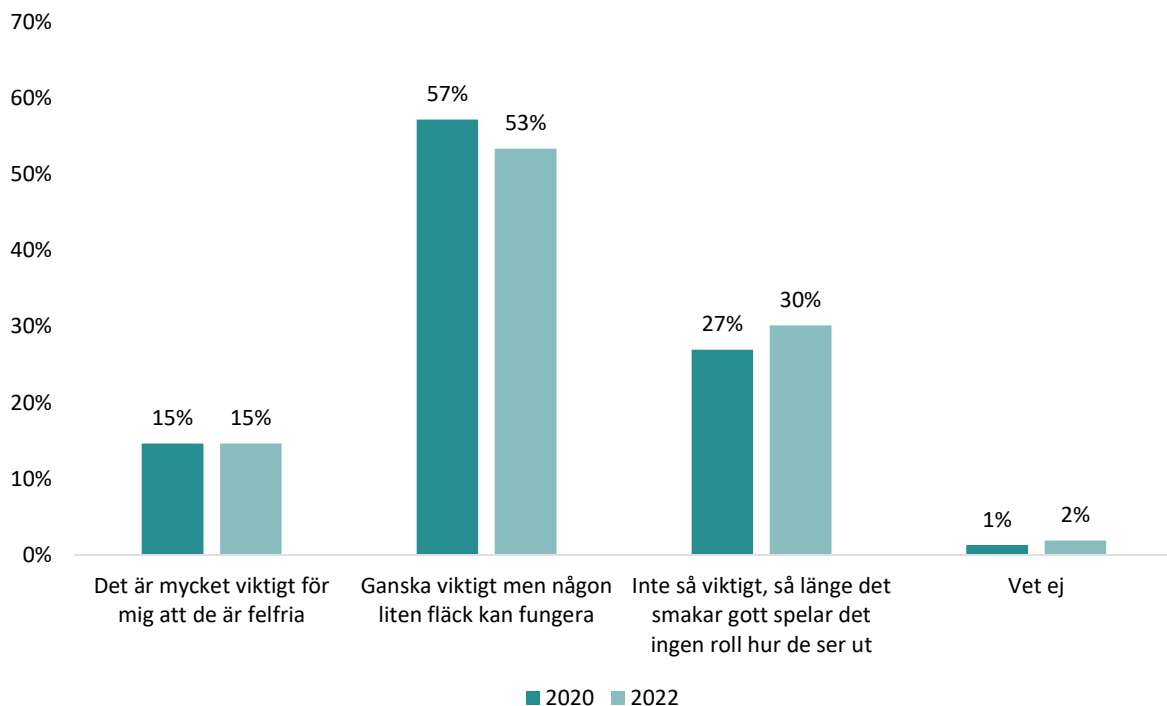
Det finns en rörelse i resultatet att konsumenterna själva/deras hushåll har mindre ansvar för att minska matsvinnet jämfört med föregående mätning. Det är både en lägre andel som anser att de har ett "mycket stort ansvar" och en högre andel som anser att de har "ett litet ansvar". Andelen som anser att deras ansvar är "stort" har ökat men inte i proportion till övriga förändringar i svaren. Samma utveckling finns för grupperna "andra enskilda hushåll" och för "skolan".

Det är också färre av de som svarar som anser att lantbrukare inte har något ansvar för matsvinnet samtidigt stiger andelen som anser att lantbrukare har ett stort ansvar.

Mat med skönhetsfel

Matsvinn uppstår redan vid primärproduktionen eftersom det finns uppfattningar och krav från livsmedelsbutiker och konsumenter om att till exempel grönsaker ska se ut på ett visst sätt och därför behöver en del sorteras bort till foder eller avfall. Därför innehåller undersökningen en fråga om mat med "skönhetsfel".

När du handlar, hur viktigt är det för dig att potatis, frukt och grönsaker är fria från små fläckar och defekter i skal och form?



Bas 2022: 1005 svar. Bas 2020: 1006 svar.

Här har rörelsen gått åt "rätt" håll utifrån ett matsvinnsperspektiv. Det finns tendenser till att fler vill köpa och accepterar icke felfria produkter. En majoritet svarar att de tycker att någon liten fläck inte spelar någon roll. Det finns en tydlig rörelse, ju äldre man är desto mer tolerant är man. De med högskole- eller universitetsutbildning svarar i större utsträckning att det inte är så viktigt, så länge det smakar gott spelar det inte roll hur de ser ut, jämfört med övriga. Andelen som svarar att det är mycket viktigt att grönsaker, frukt och potatis är fria från små fläckar och defekter på skal och form ligger kvar på 15 procent. Sammantaget har inga förändringar skett sedan 2020, det finns inga statistiska skillnader mellan åren.

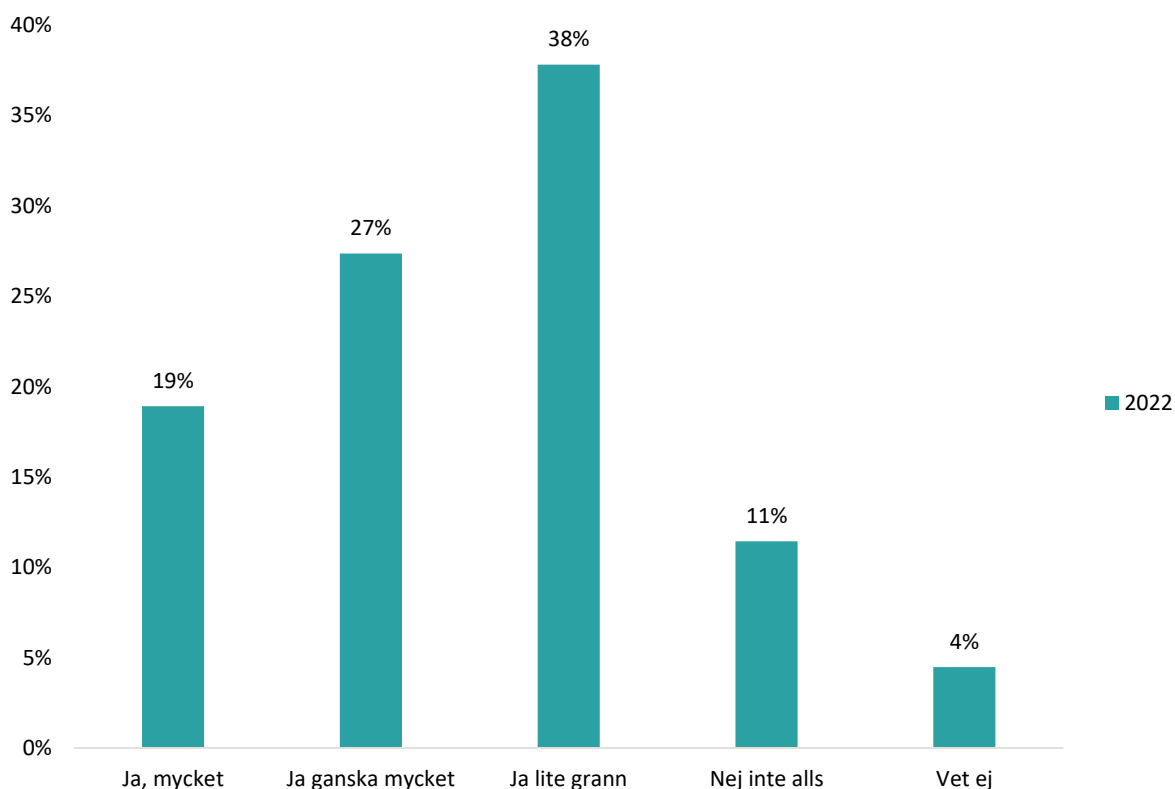
Konsumenternas beteende kring matsvinn

Konsumentundersökningen ger en bild av konsumenternas uppfattningar i relation till mat och matsvinn. Den inkluderar inga faktiska uppföljningar av mängden matsvinn hos konsumenterna. Följande avsnitt ska alltså inte läsas som svar på vad som faktiskt görs i hemmen, utan snarare ytterligare en fördjupning kring uppfattning av det egna beteendet – vad konsumenterna svarar att de gör.

Mängden mat som slängs

Varje år slängs 33 kilo mat per person och år i hemmet enligt de senaste nationella siffrorna². 15 kilo slängs i sopkorgen och 18 kilo mat hålls ut i vasken.

Har du minskat ditt matsvinn de senaste 6 månaderna?



Bas 2022: 1005 svar.

² www.naturvardsverket.se

Knappt 50 % svarar att de har minskat sitt matsvinn ”mycket” eller ”ganska mycket”. Vidare har 4 av 10 svarat att de har minskat det ”lite grann”. Med andra ord har majoriteten svarat att de har minskat sitt matsvinn de senaste sex månaderna.

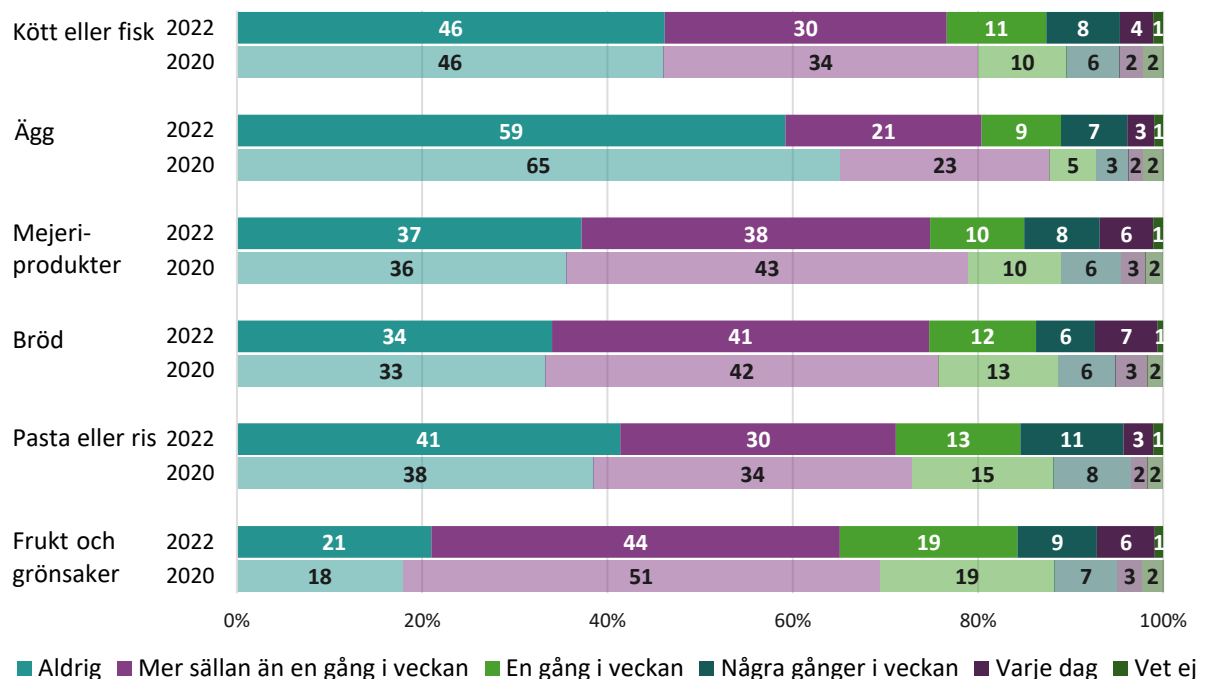
Bland de som svarar att de har minskat sitt matsvinn ”mycket” eller ”ganska mycket” är konsumenter i de yngre åldersgrupperna (18-39 år) överrepresenterade jämfört med de som är äldre (65-80 år).

Denna fråga ställdes inte på detta sätt 2020.

Vad slängs mest och anledningen till att mat slängs?

Att slänga mat är ett enormt resursslöseri och när mat slängs i hushållet innebär det att matens samlade miljöpåverkan är som högst eftersom det då sker i livsmedelskedjans sista led.

Om du tänker på en vanlig vecka, hur ofta skulle du uppskatta att du slänger olika livsmedel?



Bas 2022: 1005 svar. Bas 2020: 1006 svar.

Även i denna undersökning uppges att grönsaker och frukt slängs mest, följt av pasta eller ris, bröd och mejeriprodukter. Ägg är det livsmedel som konsumenterna svarar att de i högst grad aldrig slänger. Det har skett en viss förskjutning bland svaren mellan 2020 och 2022. Tendensen är att något fler slänger framförallt frukt och grönt, bröd och mejeriprodukter dagligen samtidigt som färre svarar att de slänger frukt och grönt, pasta eller ris och mejeriprodukter mer sällan än en gång i veckan. Personer i de yngre åldersgrupperna (18-39 år) kastar mat oftare jämfört med de som är äldre. Hushåll med barn slänger mat oftare än hushåll utan barn.

Vilka är de främsta anledningarna till att de slänger mat?

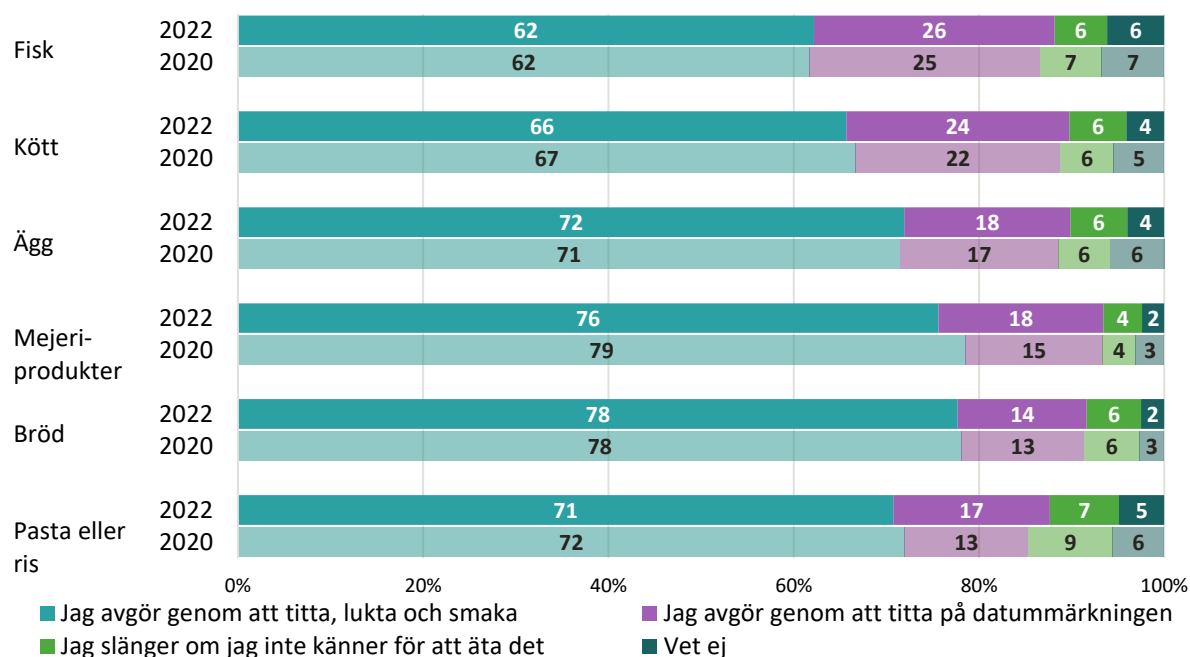
Konsumenterna fick svara på frågan om varför de slänger mat och precis som vid förra undersökningen är det följande orsaker som är de vanligaste anledningarna:

- "Maten känns ofräsch",
- "Tillagat för mycket",
- "Vill inte riskera att bli sjuk",

Att avgöra om olika typer av livsmedel går att äta

När det gäller mat som är märkt med bäst före-datum rekommenderas att man tittar, luktar och smakar på maten när datumet har passerat för att avgöra om den går att äta. Tumregeln är att om maten är som den brukar vara är den ok att äta.

Vad stämmer bäst med hur du avgör om du ska äta eller slänga ett livsmedel?



Bas 2022: 1005 svar. Bas 2020: 1006 svar.

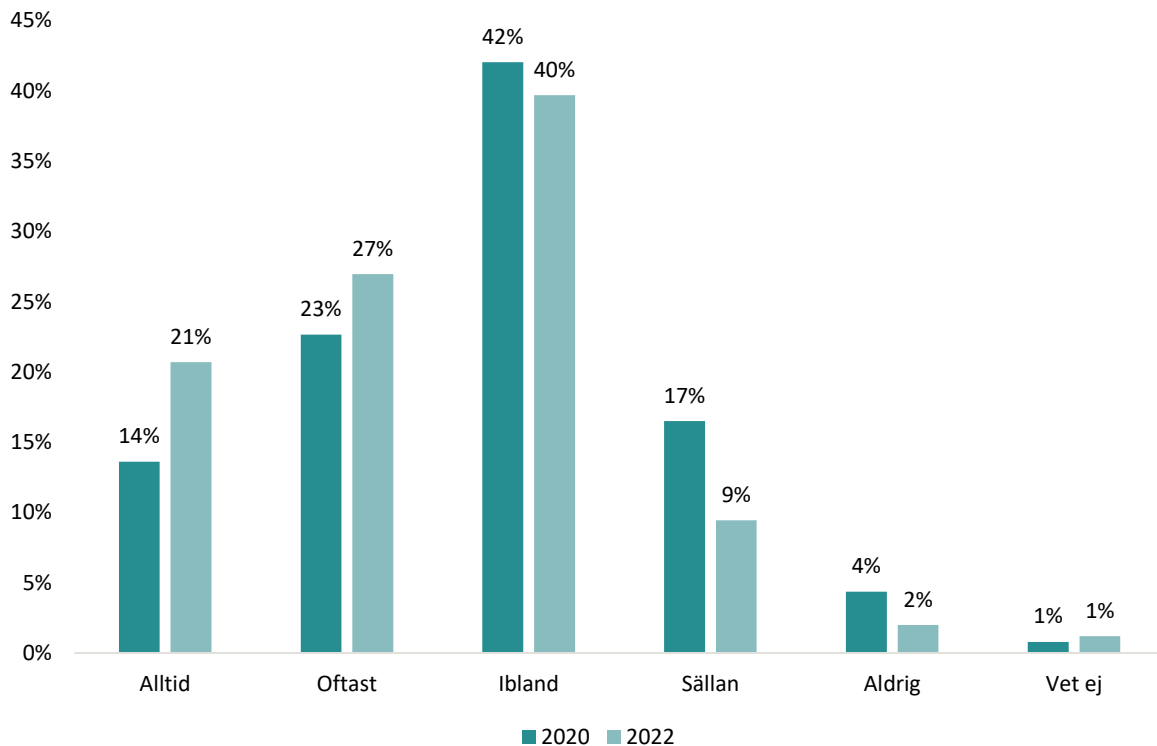
De flesta svarar att de avgör om maten går att äta genom att titta, lukta och smaka på maten. Ingen förändring har skett sedan 2020. Mest vanligt är det att titta, lukta och smaka på frukt och grönsaker, bröd och mejeriprodukter (78-84 procent). För kött och fisk svarade mellan 62 och 67 procent av konsumenterna att de använder sina sinnen. Det stämmer överens med resultaten för 2020.

Personer i de äldre åldersgrupperna (65-80 år) svarar i större uträkning att de tittar, luktar och smakar på maten för att avgöra om den går att äta. De yngre åldersgrupperna (18-39) svarar i större uträkning att de tittar på datummärkingen. Kvinnor använder oftare sina sinnen för att bedöma maten medan männen ofta tittar på datummärkingen för att avgöra om maten går att äta.

Inköp av prissänkta varor med kort slutdatum

När varor närmar sig bäst före-datum kan butiken sänka priset på dessa varor för att "hinna" sälja dem. Det är ett sätt för butiken att få omsättning på varor som kanske annars hade slängts.

Brukar du köpa prissänkt mat när du har möjlighet, exempelvis varor som närmar sig slutdatum eller börjar bli övermogna?



Bas 2022: 1005 svar. Bas 2020: 1006 svar.

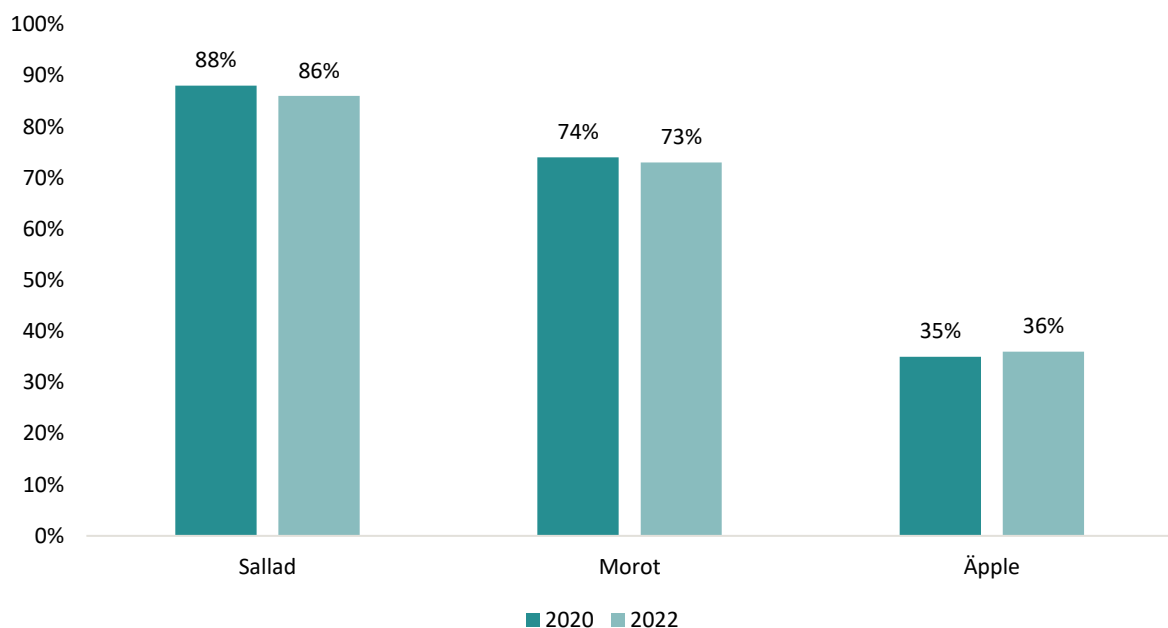
Här har det skett en förflyttning av hela skalan mellan 2020 och 2022. Det är fler som är positiva, alltså det är fler som "alltid" eller "ofta" svarar att de handlar och färre som "sällan" eller "aldrig" gör det. De hushåll med lägst inkomst köper prissänkt mat i högre utsträckning än de hushåll som har högst inkomst.

Förvaring av frukt och grönsaker och bröd

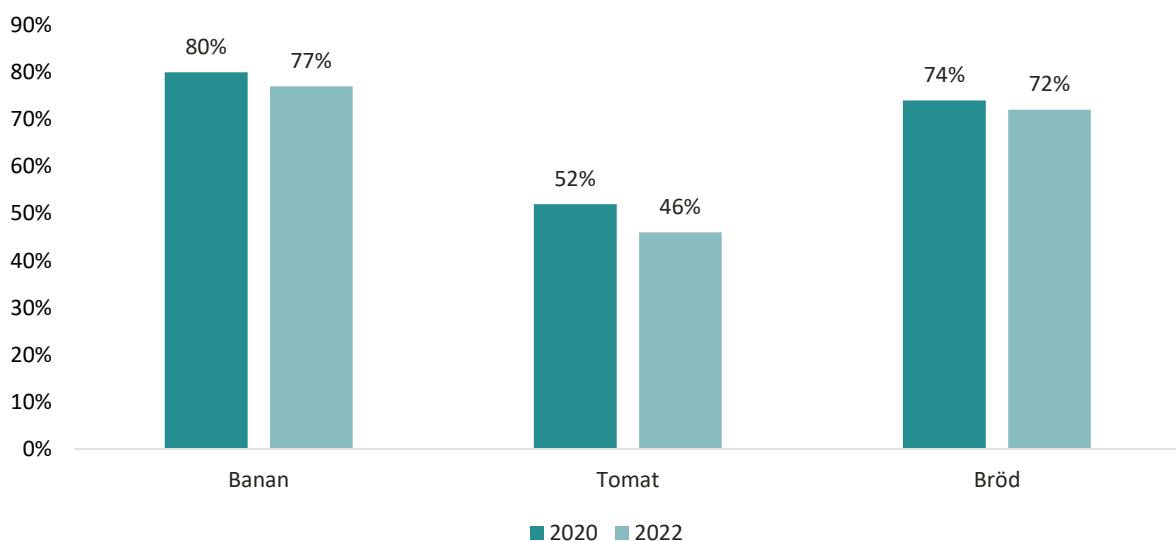
Hur du förvarar frukt och grönsaker är avgörande för hur länge de håller. Livsmedelsverket har tagit fram informationsmaterial om vilka frukter och grönsaker som trivs bäst i kylan eller framme i kylskåpstemperatur. Frågan är hur väl konsumenterna känner till vad den optimala förvaringen är?

Var du tror att följande livsmedel ska förvaras för bästa hållbarhet: sallad, tomat, morot, banan, äpple och bröd?

Förvaras bäst i kylskåp, andel rätt svar



Förvaras bäst i rumstemperatur, andel rätt svar



Nästan 9 av 10 vet att sallad mår bäst i kylskåpet, drygt 7 av 10 vet att morot mår bäst i kylskåpet och knappt 8 av 10 vet att bananer mår bäst framme i rumstemperatur. Här finns skillnader i åldersgrupper, 2 av 3 i den yngsta (18-29 år) åldersgruppen svarar att bananen trivs bäst i rumstemperatur. Nästan 4 av 10 tror att äpplen trivs bäst i kylskåpet och det stämmer att det är där de håller längre. Det är noterbart att knappt två av tre inte vet. Färre, mindre än hälften, vet denna gång att tomater trivs bäst framme i rumstemperatur. Här finns skillnader mellan åldersgrupper, där de äldsta (65-80 år) svarar att tomater trivs bäst framme i större utsträckning än övriga åldersgrupper. 3 av 4 vet att bröd bäst förvaras i rumstemperatur.

Diskussion och slutsatser

Det är tydligt och glädjande att information om matsvinnets konsekvenser och effektiva åtgärder för att minska matsvinnet har nått ut till fler konsumenter. Vi vet att matsvinn har fått mer uppmärksamhet i media och i den offentliga diskussionen. Det är en viktig förutsättning för att matsvinnet ska kunna fortsätta minska i hushållen.

Klimatet och miljön och den egna ekonomin är viktiga anledningar till varför konsumenterna vill minska sitt matsvinn. Att konsumenterna anser att ett minskat matsvinn är viktigt både för miljön och plånboken är också viktiga förutsättningar för att ändra beteenden.

Det är viktigt att både upprätthålla och utveckla kunskapen om datummärkning, då det är skillnad på bäst före-dag och sista förbrukningsdag. Bäst före-dag handlar om att livsmedlet förväntas behålla sin kvalitet till och med denna dag, men maten kan fortfarande vara fullt ätbar. Genom att använda sina sinnen och titta, lukta och smaka, kan konsumenten avgöra om maten går att äta.

Sista förbrukningsdag handlar däremot om hur länge ett livsmedel är säkert att äta. Märkningen ska användas för livsmedel som lätt förstörs av mikroorganismer och där lagringstiden kan bidra till att ett livsmedel kan bli hälsoskadligt. Rådet till dig i hemmet är att maten ska frysas in eller tillagas innan sista förbrukningsdag har passerat och därmed slängas efter att datumet har passerat.

Efter passerad sista förbrukningsdag får inte livsmedlet säljas eller ges bort. Livsmedel med märkningen bäst före-dag får däremot säljas och doneras efter att datumet har passerat.

Kunskapen om bäst före-datum har minskat sedan 2020. Datummärkningen bäst före är fortsatt välkänd bland konsumenter i Sverige. Men kunskapen om vad bäst före-dag betyder har dock minskat. Detta samtidigt som fler tror att detta datum är den dag du sedan ska slänga maten. En slutsats är att fler behöver känna till vad bäst före-datum betyder, det skulle kunna leda till ett minskat matsvinn i hemmen.

Kunskapen om vad sista förbrukningsdag betyder är i princip oförändrad jämfört med 2020. Lika många av konsumenterna känner fortfarande inte till betydelsen av sista förbrukningsdag. Det är viktigt att veta att sista förbrukningsdag handlar om hur länge ett livsmedel är säkert att äta. En slutsats är att fler behöver känna till vad sista förbrukningsdag betyder.

Medvetenheten bland konsumenterna om fördelarna av att ha 4 °C i sitt kylskåp behöver fortsätta öka. Vid 4 °C håller kylvarorna dubbelt så länge än vid 8 °C. Det innebär att man har längre på sig att ta hand om och äta upp maten, vilket kan leda till minskat matsvinn. Bara 4 av 10 svarar att de har mellan 3-5 °C i kylskåpet, lika många svarade det 2020. Här finns potential för fler hushåll att sänka temperaturen i sina kylskåp vilket i sin tur kan leda till minskat matsvinn.

Kunskapen om att tillagad mat kan förvaras upp till en vecka i kylskåpet behöver öka. Ingen förändring har skett hos konsumenterna sedan 2020. Tillagad mat är det vi slänger mest av, efter grönsaker och frukt. Om kunskapen att tillagad mat håller upp till en vecka skulle öka, kan detta leda

till minskat matsvinn i hemmen. Fler behöver känna sig trygga med att tillagad mat kan hålla längre om de förvaras på rätt sätt.

Även kunskapen om hur man bäst förvarar grönsaker och frukt samt bröd behöver bli bättre, då vi slänger mycket av båda dessa kategorier i onödan. Genom att förvara grönsaker och frukt på ett optimalt sätt så håller de längre, vilket kan leda till ett minskat svinn av grönsaker och frukt. Här kan också dagligvaruhandeln bidra genom att informera konsumenten i butik. Det finns också en hög tolerans för att köpa livsmedel som närmar sig bäst före-datum, särskilt om de är prissänkta. Konsumenterna kan i större grad också tänka sig att köpa livsmedel med lite skönhetsfel. Det är viktig och användbar kunskap för dagligvaruhandeln i arbetet att minska matsvinnet.

Det finns skillnader mellan både åldersgrupper och kön. Detta kan vara intressant att undersöka vidare. De yngre (18-29 år) har i lägre grad kunskap om vad bäst före-dag betyder jämfört med övriga åldersgrupper. Och vidare vet färre i den yngre åldersgruppen att tillagad mat kan hålla upp till en vecka. Personer i de yngre åldersgrupperna (18-39) år svarar att de kastar mat oftare än de äldre åldersgrupperna. Hushåll med barn svarar att de slänger mat oftare än hushåll utan barn. Kunskapen om hur grönsaker och frukt förvaras på bäst sätt skiljer sig också åt mellan de yngre och äldre åldersgrupperna.

Konsumenters "svinnsikt" – deras insikt om sitt eget matsvinn – behöver fortsätta öka. Det samma gäller också motivationen att ta hand om maten bättre. Kommunikation och kampanjverksamhet kan påverka konsumenters beteende till viss del, men för att kunna nå målet i Agenda 2030 och halvera matsvinnet, krävs kompletterande insatser i flera delar av livsmedelssystemet. Alla som jobbar med livsmedel behöver underlätta för konsumenter att göra bättre val.

Slutsatsen är att trots en redan positiv trend skulle fler kunna minska sitt matsvinn. Då behöver fler konsumenter en bättre insikt om det egna svinnet och konsekvenserna för miljö och plånbok samt en ökad kunskap om hur de bör hantera maten de köpt. Fler behöver också känna sig mer bekväma att använda sina sinnen för att bedöma om maten är ätbar eller inte.

Bilaga 1. Frågor.

Har du under det senaste året tagit del av information om hur du kan minska ditt matsvinn?

1. Ja
2. Nej
3. Vet ej

NY. Har du minskat ditt matsvinn de senaste 6 månaderna?

1. Ja, mycket
2. Ja ganska mycket
3. Ja lite grann
4. Nej inte alls
5. Vet ej

NY. Vilka anledningar anser du är viktigast för att minska matsvinnet? På en skala 1-5 gradera hur viktiga de är)

1. Klimatet och miljön
2. Den egna ekonomin

NY Finns några andra anledningar som är viktiga för att minska matsvinnet? (öppna svar)

I vilken grad anser du att matsvinn är ett problem för miljön?

1. Mycket stort
2. Stort
3. Måttligt stort
4. Litet
5. Inget
6. Vet ej

I vilken grad anser du att följande aktörer har ansvar för att minska matsvinnet?

- A Jag själv/mitt hushåll
- B Andra enskilda hushåll
- C Skolan
- D Restauranger
- E Livsmedelsbutiker
- F Livsmedelsindustrin
- G Lantbrukare

1. Mycket stort ansvar
2. Stort ansvar
3. Litet ansvar
4. Inget ansvar
5. Vet ej

Om du tänker på en vanlig vecka, hur ofta skulle du uppskatta att du slänger...?

- A. Frukt och grönsaker
- B. Pasta eller ris
- C. Bröd
- D. Mejeriprodukter
- E. Ägg
- F. Kött eller fisk

1. Varje dag
2. Några gånger i veckan
3. En gång i veckan
4. Mer sällan än en gång i veckan
5. Aldrig
6. Vet ej

Vilka är de främsta anledningarna till att du slänger mat? (flera svarsalternativ möjliga) Ange max 3

1. Köpt för mycket
2. Tillagat för mycket
3. Tagit för mycket på tallriken
4. Ändrade planer
5. Vill inte äta samma mat snart igen
6. Maten känns ofräsch
7. Jag tar det säkra före det osäkra och slänger mat om jag är det minsta osäker på om maten blivit dålig/oätlig
8. Vill inte riskera bli sjuk
9. Annan anledning
10. Vet ej

Vad stämmer bäst med din uppfattning om bäst före-märkning?

1. Bäst före-datum anger sista dagen då livsmedlet är säkert att äta och man bör slänga maten om bäst före-datumet har passerats
2. Bäst före-datum betyder att maten kan vara ätbar även efter att datumet har passerats
3. Inget av alternativen stämmer med min uppfattning

Vad stämmer bäst med din uppfattning om sista förbrukningsdag?

1. Sista förbrukningsdag anger sista dagen då livsmedlet är säkert att äta och man ska slänga maten om datumet har passerats
2. Sista förbrukningsdag betyder att maten kan vara ätbar även efter att datumet har passerats
3. Inget av alternativen stämmer med min uppfattning

Vad stämmer bäst med hur du avgör om du ska äta eller slänga ett livsmedel?

- B. Pasta eller ris
- C. Bröd
- D. Mejeriprodukter
- E. Ägg
- F. Kött
- G. fisk

1. Jag avgör genom att titta, lukta och smaka
2. Jag avgör genom att titta på datummärkningen
3. Jag slänger om jag inte känner för att äta det
4. Vet ej

Du har överbliven mat från en tillagad måltid och du har satt in den i kylan ganska direkt - hur länge håller den sig i kylan?

1. Inte alls
2. Högst en dag
3. 2-3 dagar
4. Upp till en vecka
5. Vet ej

Kryssa i var du tror att följande livsmedel ska förvaras för bästa hållbarhet.

	Kylskåp	Rumstemperatur	Vet ej
Sallad			
Tomat			
Morot			
Banan			
Äpple			
Bröd			

Vilken temperatur har du i ditt kylskåp?

- 0-2 °C
- 3-5 °C
- 6-8 °C
- Mer än 8 °C
- Vet ej

NY. När du har ätit på restaurang de senaste 12 månaderna, har du blivit erbjuden att ta med dig överbliven mat hem?

1. Ja, alltid
2. Ja, ganska ofta
3. Ja, ganska sällan
4. Nej, aldrig
5. Vet ej

NY. När du har ätit på restaurang de senaste 12 månaderna, har du frågat om du får ta med dig överbliven mat hem?

1. Ja, alltid
2. Ja, ganska ofta
3. Ja, ganska sällan
4. Nej, aldrig
5. Vet ej

Brukar du köpa prissänkt mat när du har möjlighet, exempelvis varor som närmar sig slutdatum eller börjar bli övermogna?

1. Alltid
2. Oftast
3. Ibland
4. Sällan
5. Aldrig
6. Vet ej

När du handlar, hur viktigt är det för dig att potatis, frukt och grönsaker är fria från små fläckar och defekter i skal och form?

1. Det är mycket viktigt för mig att de är felfria
2. Ganska viktigt men nån liten fläck kan funka
3. Inte så viktigt, så länge det smakar gott spelar det ingen roll hur de ser ut
4. Vet ej

I rapporten redovisas resultaten från en uppföljande enkätundersökning om konsumenternas kännedom, attityd och beteende om matsvinn. Resultatet kommer användas för det fortsatta arbetet med att minska matsvinn. Konsumenternas medvetenhet kring det egna matsvinnet ("svinnsikt"), och motivationen att ta hand om maten, behöver fortsätta öka. Det är viktigt att alla som jobbar med livsmedel underlättar för konsumenter att göra val som kan minska matsvinn.

Rapporten är framtagen inom regeringsuppdraget för minskat matsvinn som Livsmedelsverket har tillsammans med Naturvårdsverket och Jordbruksverket.

Livsmedelsverket är Sveriges expert- och centrala kontrollmyndighet på livsmedelsområdet. Vi arbetar för säker mat och bra dricksvatten, att ingen konsument ska bli lurad om vad maten innehåller och för bra matvanor. Det är vårt recept på matglädje.