

# SUSTAINABLE FOOD CONSUMPTION JOURNEY WITH SUSCOF PROJECT

## LEARNING TRAIL

# Sustainability and Food Consumption



# Læringsspor 2

Mere om mad, samfund og bæredygtig  
udvikling

# VERDENS FØDEVARESYSTEMER STÅR OVER FOR NOGLE UDFORDRINGER

Ulighed:



Ulighed:

- Mange mennesker sulter stadig, selvom vi producerer mere mad end nogensinde før.



# VERDENS FØDEVARESYSTEMER STÅR OVER FOR NOGLE UDFORDRINGER

## Ulighed:

Mange mennesker sulter.

Fødevarepriser påvirker  
fødevaresikkerhed og velvære –  
i fattigere områder bruger folk 50-  
80 % af deres indkomst på mad.

De er i høj grad udsat for  
prisudsving.





# VERDENS FØDEVARESYSTEMER STÅR OVER FOR NOGLE UDFORDRINGER

## Madspild

Omtrent 30 % af den mad, der produceres på verdensplan, spildes hvert år.





# VERDENS FØDEVARESYSTEMER STÅR OVER FOR NOGLE UDFORDRINGER

## Klimaforandringer



Fødevarer systemer er afhængige af naturressourcer, som er ekstremt sårbare over for hurtigt skiftende klimatiske forhold.



# VERDENS FØDEVARESYSTEMER STÅR OVER FOR NOGLE UDFORDRINGER

## Store ændringer i økosystemer

Fødevarerproduktionen i sig selv har forårsaget omfattende skader på økosystemerne.





Verdens fødevarer systemer  
står over for nogle  
udfordringer

Ulighed.

Klimaforandringer.

Madspild

Skade på økosystemer.

Vores madvaner er en del af problemet

# VORES MADVANER ER EN DEL AF PROBLEMET

Vil du beregne dit personlige AFTRYK?  
Eller fortsæt læringssporet [NEXT]

# FØDEVAREFORBRUG.

Vidste du...

Vores  
madforbrugsvaner  
har

økonomiske



sundhedsrelaterede,



konsekvenser

økologiske



sociale





# FØDEVAREFORBRUG

Vidste du...

Vores  
madforbrugsvaner  
har indflydelse

Omkring 2 milliarder mennesker har ikke regelmæssig adgang til sikker, nærende eller tilstrækkelig mad. (FN, 2020)



# FØDEVAREFORBRUG OG HELBRED

Vores  
madforbrugsvaner har  
indflydelse

- Fedme er et enormt og hurtigt voksende globalt sundhedsproblem, der lægger en voksende byrde på sundhedsvæsenet.
- 2 milliarder mennesker er overvægtige og 30% af dem er svært overvægtige (WHO, 2018)

I dag er der lige så mange mennesker i verden der er overvægtige, som underernærede. (WHO, 2021)

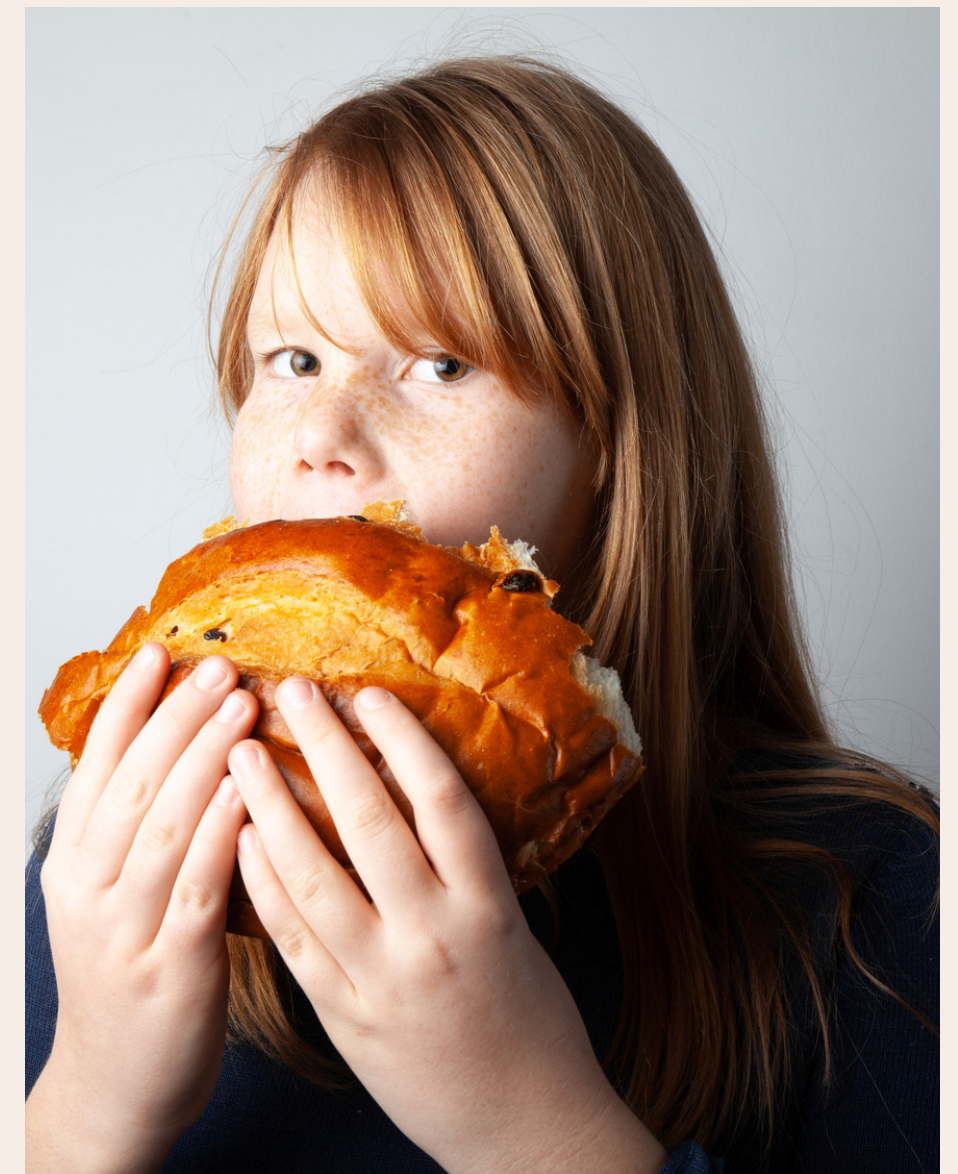


# FØDEVAREFORBRUG OG HELBRED

Fedme: ofte forbundet med overskydende kalorier OG underernæring

Andre almindelige fødevarerelaterede sundhedsproblemer:

- hjertekarsygdomme
- diabetes





# FØDEVAREFORBRUG OG HELBRED

HVAD ER DER GALT MED  
VORES SPISEVANER?

- Højt indtag af mættet fedt
- Højt indtag af sukker
- Lavt forbrug af grøntsager og frugt
- Højt indtag af salt
- For mange kalorier



# FØDEVAREFORBRUG OG HELBRED

FOR MANGE KALORIER!

- De fleste af os har BRUG FOR omkring 2.000 kcal om dagen.
- En typisk hamburgermenu giver mere end halvdelen af de daglige kalorier, der kræves.
- Folk i Europa indtager generelt MEGET mere end 2.000 kcal om dagen.
- Det er ikke bæredygtigt!





# BÆREDYGTIG KOST

## Bæredygtig kost

- Har lav miljøpåvirkning
- Bidrager til fødevare- og ernæringsikkerhed
- Bidrager til et sundt liv for nuværende og fremtidige generationer





# ØDELÆGGELSE AF VORES LEVESTED

- Fødevareforbrug udgør næsten en tredjedel af husholdningers samlede miljøpåvirkning (EEA, 2015).
- Vi har allerede nævnt klimaændringer og økosystemskader, som omfatter tab af biodiversitet.
- Lige så vigtigt er jordforringelse, vandforurening og vandknaphed.







# TID TIL AT SE NÆRMERE PÅ VORES AFTRYK!

Et CO<sub>2</sub>-aftryk er den samlede mængde drivhusgasser (inklusive kuldioxid og metan), der genereres af vores handlinger.

Størstedelen af fødevarerne med højt CO<sub>2</sub>-aftryk er animalske produkter. Korn, frugt og grøntsager har generelt et meget mindre CO<sub>2</sub>-aftryk.

Lad os beregne dit CO<sub>2</sub>-aftryk !

<https://foodprint.org/what-is-foodprint/>



TILLYKKE!



Du har gennemført Læringssti 2.

Ivis du vil have flere, så test dig selv med quizzzen



## Q1. HVOR MANGE KALORIER?

Hvor mange kalorier har en voksen brug for hver dag i gennemsnit?

2000

2500

3000

## Q1. HVOR MANGE KALORIER?

Hvor mange kalorier har en voksen brug for hver dag i gennemsnit?

2000

Q2.

Hvad ved du om oksekød?

- A. Oksekød bør undgås, det er en 'klimaskurk'
- B. Oksekød er godt for klimaet og miljøet, men KUN hvis det er opdrættet naturligt: græsfodret og økologisk
- C. I gennemsnit spiser vi mere kød end hvad der er sundt



Q2.

A. Oksekød bør undgås, det er en 'klimaskurk'

Nej! Men det afhænger af, hvordan det er opdrættet

B. Oksekød er godt for klimaet og miljøet, men KUN hvis det er opdrættet naturligt: græsfodret og økologisk

Ja! Godt gået.

C. I gennemsnit spiser vi mere kød end hvad der er sundt

Sandt. Og: se også B..

## Q3. PÅ DIN TALLERKEN

Dit CO2-aftryk  
bliver mindre, hvis  
du spiser meget

- A. Lokalt dyrkede, årstidens grøntsager
- B. Økologiske fødevarer

## Q3. PÅ DIN TALLERKEN

A. Lokalt dyrkede, årstidens grøntsager

Absolut. Især rodfrugter om vinteren...

B. Økologiske fødevarer

Måske. Det afhænger af, om det er i sæson eller ej.





**SUSCOF-projektet er et EU-projekt n. 2018-1-TR01-KA204-058739 støttet af det tyrkiske nationale agentur. Formålet med projektet er at undersøge og ændre voksnes adfærd i forbindelse med madforbrug og at øge bevidstheden om bæredygtigt fødevarerforbrug.**

**Vi byder dig velkommen til vores hjemmeside og MySusCoF-mobilapp for detaljeret information og beriget indhold.**

**[www.suscof.com](http://www.suscof.com)**

Finansieret af Den Europæiske Unions Erasmus+-program. Men Europa-Kommissionen og det tyrkiske nationale agentur kan ikke holdes ansvarlige for enhver brug, der kan gøres af oplysningerne heri