

# Moraliska aspekter av matsvinn

Religion, Samhällskunskap, Biologi | åk 4–6

I denna lektion får eleverna reflektera över olika aspekter av vårt matsvinn och dess effekter på planeten ur ett etiskt perspektiv. De får därigenom utforska sin egen moraliska kompass i frågan.

## Syfte och mål

Eleverna får möjlighet att reflektera över de moraliska och etiska aspekterna av att slänga ätbar mat. Målet är att eleverna ska bli medvetna om att det finns etiska och moraliska aspekter av hållbarhet och miljöfrågor.

## Koppling till läroplanen

### Religion

- Grundprinciper inom några etiska modeller, till exempel konsekvensetik och pliktetik.
- Samtal om och reflektion över livsfrågor utifrån elevernas egna tankar samt utifrån tolkningar inom religioner och andra livsåskådningar. Sådana frågor kan till exempel handla om identitet, kärlek, sexualitet och meningen med livet.

### Samhällskunskap

- Lokala, nationella och globala samhällsfrågor och olika perspektiv på dessa.

### Biologi

- Människans påverkan på naturen lokalt och globalt samt hur man på individ- och samhällsnivå kan främja hållbar utveckling. Betydelsen av biologisk mångfald och ekosystemtjänster.

## Förkunskaper

Eleverna bör känna till:

- livsmedelskedjan, hur mat produceras och några effekter det globala livsmedels-systemet har på planeten (ex koldioxidutsläpp och utsläpp av gifter).
- att det finns människor som lider av hunger och svält.
- begreppen etik och moral.

## Tidsåtgång och arbetssätt.

Ca 1 lektion. Reflektion och samtal i mindre grupper samt sammanfattning i helklass.

## Material

Arbetsblad med reflektionsfrågor, ett ex per grupp, papper och penna.

## Genomförande

### Inledning

Förklara begreppen *etik* och *moral*, se rutan till höger.

Låt eleverna fundera kring vad de tycker är rätt/fel att göra i några olika vardagssituationer och hur deras val kan påverka andra.

Låt dem kort samtala i par innan ni sammanfattar i helklass.

Exempel på vardagssituationer:

- En klasskompis blir retad av flera andra elever i klassen.  
Vad gör du och varför? (ex: säger till mobbarna direkt, berättar för en vuxen, gör ingenting)  
Vem/vad kan påverkas av dina handlingar och hur? (du, den som blir retad, stämningen i klassen, mobbarna)
- Du är ute och går med hunden, den bajsar precis bredvid en lekplats och du har glömt bajspåsarna hemma.  
Vad gör du och varför? (ex: puttar bort bajset med en pinne, täcker det med lite blad, springer hem och hämtar bajspåsar, struntar i det)  
Vem/vad kan påverkas av dina handlingar och hur? (du, de som leker, hunden, naturen)
- Du har glömt att göra läxan som skulle in idag. Du vet att din lärare inte kommer att bli glad. Vad gör du och varför? (ex: ljuger, skolkar, berättar sanningen)  
Vem/vad kan påverkas av dina handlingar och hur? (du, din lärare, dina vårdnadshavare)

Led in samtalet på matsvinn och att det kan finnas etiska/moraliska aspekter av matsvinn.

### Gruppsamtal

Dela in eleverna i grupper där de får samtala om reflektionsfrågorna. Klipp eventuellt isär frågorna och dela ut en i taget, om du vill undvika att de skyndar igenom alla frågor snabbt. Det är viktigt att alla i gruppen får berätta vad de tycker och tänker, till exempel genom att för varje fråga göra en runda där alla får säga vad de tycker.

Välj om eleverna ska svara muntligt, skriva minnesanteckningar på arbetsbladet eller digitalt i pdf-filen, eller skriva svar vid sidan om.

### Avslutning

Sammanfatta i helklass vad de olika grupperna har pratat om. Som en avslutande reflektion kan ni samtala om:

- Varför slänger vi mat trots att vi vet att det inte är bra, varken för planeten eller för oss själva?
- Vad skulle krävas för att ändra vårt beteende?
- Vad kan du själv göra för att bidra till en positiv utveckling i frågan?

#### Ord och begrepp

**Etik:** reflektion kring hur våra handlingar påverkar människor/samhället som helhet.

**Moral:** vårt personliga samvete eller inre kompass för rätt och fel, hur vi faktiskt agerar.

## Förslag på svar

Nedan följer exempel på saker som kan komma upp under samtalen mellan eleverna.

1. a) *Tror du att människor tycker olika om att mat slängs?*  
b) *Vilka situationer och erfarenheter kan påverka vad man tycker om matsvinn?*

**Exempel:** Nej, de flesta tycker nog att det är dåligt att slänga mat. Ja, de som har mycket mat kanske inte bryr sig lika mycket. Ens ekonomiska situation eller engagemang för klimatfrågor kan påverka synen på matsvinn

2. *Tänk dig att du har ett trädgårdsland där du odlar morötter. Du lägger mycket tid på att så, rensa ogräs, vattna och sköta om plantorna. Efter ca 3 månader får du äntligen skörda dina morötter. Vad gör du med de morötter som är krokiga och fula?*

**Exempel:** Kastar, äter, ger till kaniner/hästar/djur, ger bort, kokar soppa på dem. Troligtvis är du mindre benägen att kasta mat om du själv lagt ner tid och energi på att odla den.

**Kommentar:** En tredjedel av morötterna som odlas i Sverige blir svinn.

3. *Du är på ett café med två kompisar. Ni tar varsin bulle, och du är snäll och betalar för alla. En av dina kompisar slänger sin bulle, utan att smaka på den. Vad hade du sagt till den personen? Hur hade du känt?*

**Exempel:** Arg, ledsen, upprörd, kommer inte vilja bjuda den personen på något igen.

4. *Din kompis fyller år och du ska baka en tårta för att fira. Tyvärr blir tårtan inte alls så fin som du tänkt, även om den smakar helt okej. Nu måste du välja om du ska äta tårtan själv, ge den till din kompis trots att den blev misslyckad eller kasta den.*

a) *Vad gör du och varför?*

b) *Vem/vad kan påverkas av dina handlingar och hur?*  
*(till exempel: du, din vän, naturen, den som betalat för ingredienserna)*

**Exempel:** Äta tårtan, ge den till kompis, kasta den.

Vännen kan bli glad för att man försökt, eller ledsen för att tårtan inte är fin – här kan man även diskutera hur man är en bra vän. Det är onödigt att slänga mat, och det är inte bra för naturen. Den som betalat för ingredienserna blir nog inte så glad om man slänger tårtan bara för att den inte blev så fin.

**Kommentar:** I Sverige slängs ca 180 000 ton bröd och fikabröd varje år, till ett värde av 9 miljarder kronor

5. *Ni sitter i skolans matsal och äter lunch, och innan du ens har ätit hälften är dina kompisar klara och springer ut på rast.*

a) *Vad gör du och varför?*

b) *Vem/vad kan påverkas av dina handlingar och hur?*  
*(till exempel: du, dina vänner, kökspersonalen, naturen)*

**Exempel:** Kastar maten, lämnar kvar tallriken på bordet, kastar i sig resten av maten, sitter kvar och äter upp i sin egen takt. Här kan det också dyka upp tankar kring hur man som vän borde göra i en sån situation, är det verkligen schysst att springa ut på rast innan ens vänner har ätit klart?

Eleven själv – valet påverkar om den blir mätt under lunchen, om den hinner leka med vännerna, känner sig utanför, och hur den kommer orka med resten av skoldagen.

Vännerna – umgås med sin vän eller inte.

Kökspersonalen – har lagt tid och energi på att laga mat som kanske slängs, plockar eleven inte undan maten måste de också ta reda på tallriken efter den.

Naturen – om vi slänger mat är det dåligt för naturen pga koldioxidutsläpp osv.

**Kommentar:** Kostnaden för matsvinnet i offentliga kök (skola+vård) uppgår till ca 370 miljoner kronor varje år. Tallrikssvinnet (mat som eleverna skrapar av från sina tallrikar) är högst i Gy.

6. *Maten vi producerar påverkar vår planet negativt på olika sätt: den bidrar till utsläpp av växthusgaser och släpper ut gifter i naturen. Om maten inte äts upp sker detta helt i onödan! Många vet om de här negativa effekterna men ändå slänger vi människor mat.*
- Varför tror du att det är så?*
  - Vad tror du krävs för att ändra detta?*

**Exempel:** Man kanske bara gillar viss mat (ex föredrar kött framför vego), kanske inte vet hur man gör annan mat, har inte råd, är kräsen med mat och slänger, är dålig på att avgöra hur hungrig man är.

Lära sig mer om matsvinn, lära sig mer om hur man tar reda på mat innan den blir dålig, inte lägga upp för mycket mat på tallriken - hellre ta mat flera gånger.

**Kommentar:** Importerat nötkött kan ha ett så högt klimatavtryck som 136 kg CO<sub>2</sub>-ekv./kg (mått för att jämföra växthusgasers klimatpåverkan med koldioxid). Som jämförelse har t.ex. baljväxter ett klimatavtryck på 0,3 kg CO<sub>2</sub>-ekv./kg.

7. *Din familj ska resa bort och samma dag som ni ska åka ser du att kylen är full av mat som kommer bli dålig innan ni kommer hem igen.*
- Vad gör ni med maten? Försök komma på flera olika alternativ!*
  - Vem/vad kan påverkas av vad ni väljer och hur påverkas de?*

**Exempel:** Kastar maten, ger till en granne eller vän, packar med maten i en kylväska, fryser in det som går.

Familjen sparar pengar på att inte kasta maten utan ta reda på eller frysa in den. Att ge maten till grannarna kan göra att man blir vän med dem och får en bättre relation. Att kasta maten är det sämsta alternativet, då förlorar man både pengar och påverkar miljön negativt.

8. *Du är ute i skogen och har ätit en banan. Du vill slänga skalet men det finns ingen sopkorg i närheten.*
- Vad gör du med bananskalet och varför?*
  - Vem/vad kan påverkas av dina handlingar och hur?*  
*(till exempel: du, naturen, djuren, andra människor som är i skogen)*
  - Du får lära dig att i Sveriges kalla klimat kan det ta upp till 2 år (!) för ett bananskal att brytas ned i naturen och det räknas därför som skräp. Påverkar det ditt svar?*

**Exempel:** Kastar skalet i naturen, lägger skalet i fickan tills man hittar en papperskorg, hålla skalet i handen tills vidare.

**Kommentar:** Andra föremåls nedbrytningstider i naturen: glasflaska - 1 miljon år, PET-flaska - 450 år, konservburk - 50 år, tuggummi - 20–25 år.

Naturen kan bryta ner bananskalet, men det kanske inte är så kul för andra som går i skogen att kliva på ett bananskal. Att lägga skalet i fickan kan kännas äckligt och kladda ner, och håller man det i handen blir det svårt att göra något annat.

Eftersom bananskalet inte bryts ner på så lång tid så är det inte bra att slänga det i naturen, även om det räknas som matavfall! Därför är det bättre att lägga det i fickan tills man kommer till en sopkorg. Ett tips är att alltid ha med sig en skräppåse när man är ute i skogen så man inte behöver lägga skräpet direkt i fickan eller väskan.

**9.** Tycker du att vi som lever idag har för ansvar för att lämna över en bra eller till och med bättre värld till kommande generationer? Varför/Varför inte?

**Exempel:** Ja – för att vi alla har ett ansvar för jorden och att ta hand om den, om vi överanvänder resurserna kommer de ta slut och det är dåligt för alla.

Nej – för att de som levt innan oss inte har tagit hand om jorden eller brytt sig om vår generation, så varför ska vi bry oss om de som lever i framtiden?

## Källor

[https://www.ekonomifakta.se/sakomraden/makroekonomi/hushallens-ekonomi/hushallens-konsumtion-efter-andamal\\_1209007.html](https://www.ekonomifakta.se/sakomraden/makroekonomi/hushallens-ekonomi/hushallens-konsumtion-efter-andamal_1209007.html)

<https://www.konsumentverket.se/ekonomi/vad-kostar-maten-varje-manad/>

<https://hsr.se/fragor-om-skrap>

Fråga 3: <https://webbutiken.jordbruksverket.se/sv/artiklar/ra234.html>

Fråga 4: <https://internt.slu.se/nyheter-originalen/2025/3/broodsvinn/#:~:text=Studien%20visar%20att%20det%20varje,och%20klimatp%C3%A5verkan%20i%20alla%20led>

Fråga 5: <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-vard-skola-och-omsorg/matsvinn-i-storkok/fakta-om-matsvinn-i-offentliga-kok/>

Fråga 6:

<https://www.ri.se/sites/default/files/2025-12/RISE%20%C3%96ppna%20listan%203.0%202025.pdf>

Fråga 8: <https://hsr.se/fragor-om-skrap>

[https://cdn.naturskyddsforeningen.se/uploads/2021/06/13122124/lista\\_nedbrytningstider\\_slutslangt.pdf](https://cdn.naturskyddsforeningen.se/uploads/2021/06/13122124/lista_nedbrytningstider_slutslangt.pdf)