



FOTO: BUTIK ROT



Guide för kommunikation om ekologiska livsmedel

Råd och tips för dig som arbetar med kommunikation
och marknadsföring av ekologiska livsmedel. **2023**



Organic
Sweden



Ekologiska
Lantbrukarna



Innehåll

Syfte och struktur	s.03
Om ekologiskt jordbruk	s.04
Ekologiskt jordbruk och de globala målen	s.05
Mervärden med ekologiskt jordbruk	s.06
Ekologiskt jordbruk och klimatet	s.07
Mer biologisk mångfald	s.09
Inga naturfrämmande bekämpningsmedel	s.13
Bördiga jordar	s.15
Extra god djuromsorg	s.17
Mat utan onödiga tillsatser	s.19
Livsmedel som alltid är kontrollerade	s.21
Närproducerat och ekologiskt	s.23
Livsmedelsförsörjning	s.25
Mervärden inom olika kategorier	s.27
Mejeri	s.28
Nötkött	s.30
Ägg	s.32
Kyckling	s.34
Gris	s.36
Lamm	s.38
Spannmål	s.40
Frukt och grönt	s.42
Kaffe	s.44



Organic
Sweden



Ekologiska
Lantbrukarna

Syfte

Denna kommunikationsguide vill på ett kortfattat och lättläst sätt presentera mervärdena med ekologisk mat och dryck. Syftet med guiden är att underlätta för dig som ska marknadsföra eller på annat sätt kommunicera om ekologiska livsmedel i kommersiella sammanhang. Därmed riktar den sig till hela livsmedelskedjan - lantbrukare, livsmedelsföretag, grossister, restauranger och dagligvaruhandel.

I det här dokumentet kan du alltså lätt plocka upp budskap och formuleringar till annonser, förpackningar eller till din webbplats. Innehåll och påståenden är vetenskapligt belagda och juridiskt granskade.



Struktur

Guiden presenterar dels vetenskapligt belagda mervärden som ekologisk produktion skapar, dels vilka mervärden som följer med 9 olika livsmedelskategorier. Guiden vägleder dig om hur påståenden och uttryck kan **användas** - eller **bör undvikas** ...

 **Det är korrekt att säga**  **Undvik att säga**

- ◆ **Guiden ger exempel på påståenden som kan användas i just den formuleringen som presenteras**
- ◆ **Den ger exempel på källor och referenser (forskningsrapporter mm) som stödjer påståendena**
- ◆ **Den ger också exempel på påståenden och formuleringar som kommersiella aktörer bör undvika med hänvisning till marknadsföringslagen**

Marknadsföring av livsmedel ställer höga krav på vederhäftighet och det är alltid annonsören som ytterst ansvarar för att påståendet kan bevisas i det enskilda fallet. Undvik därför överdrifter och generella påståenden och hänvisa till källor. Tänk också på att vederhäftiga påståenden som används i ett visst sammanhang kan anses som vilseledande i ett annat fall, exempelvis beroende på vilken bild som visas eller vilken produkt det handlar om. Avgörande är vad målgruppen får för intryck vid en helhetsbedömning i det enskilda fallet.

Om ekologiskt jordbruk

Ekologiskt jordbruk är ett odlingssystem som utgår från fyra principer:

- ◆ **Hälsa** - Ekologiskt jordbruk ska bevara och förbättra jordens, växters, djurs och människors hälsa.
- ◆ **Ekologi** - Ekologiskt jordbruk främjar användandet av lokala resurser och cirkulering av naturresurser inom den egna produktionen.
- ◆ **Rättvisa** - Ekologiskt jordbruk ska främja ett rättvist mat-system där även djurens behov av att t.ex. gå ute tillgodoses.
- ◆ **Omsorg** - Ekologiskt jordbruk ska bedrivas med omsorg för nuvarande och kommande generationers hälsa och miljö.

De fyra principerna gäller för den ekologiska produktionen över hela världen och ligger till grund för det regelverk som alla som odlar och förädlar den ekologiska maten behöver leva upp till för att bli certifierade. Den andra punkten - ekologi - innebär att det ekologiska jordbruket strävar efter att skapa ett hållbart kretslopp med en balans mellan djurhållning och växtodling.

Det är bara ekologiskt certifierade (eller KRAV-certifierade) aktörer som får marknadsföra sina produkter som ekologiska. Däremot finns det många ekologiska lantbrukare i Sverige som på gårdsnivå gör flera positiva åtgärder utöver det ekologiska regelverket såsom metoder för minskad jordbearbetning, odling av perenna grödor eller agroforestry.



FOTO: MICHELLE BONDULICH



”Ekosystemen världen över utsätts för en press som hotar naturresursernas möjlighet att producera mat och riskerar planetens framtida fruktbarhet.”

Ekologiskt jordbruk och de globala målet

År 2015 lanserade FN Agenda 2030, en aktionsplan med 17 globala mål för hållbar utveckling. Jordbruket och livsmedelskedjan i stort spelar en avgörande roll i arbetet med att nå dessa mål.

FN:s livsmedels och jordbruksorgan (FAO) skriver i en rapport att: ”Jordbruket har nått vägs ände. De senaste tiotal åren har jordbrukslandskapet förändrats starkt, ny teknik har tagit produktiviteten till nya nivåer för att möta den globala efterfrågan. Men denna utveckling har samtidigt haft en negativ social och miljömässig inverkan som utarmade jordar, förlust av biologisk mångfald, förorenat vatten och jordar samt ökade utsläpp av växthusgaser. Ekosystemen världen över utsätts för en press som hotar naturresursernas möjlighet att producera mat och riskerar planetens framtida fruktbarhet.” Det står klart att jordbruket måste slå in på en ny väg.

För att utvärdera hur det ekologiska jordbruket kan bidra till att möta dessa utmaningar lanserade IFOAM Organics International, den globala paraplyorganisationen för ekologiskt jordbruk, tillsammans med det holländska företaget EOSTA rapporten ”Organic agriculture and the sustainable development goals”. Rapporten som är en sammanställning av forskningsläget och rapporter från FN:s organ IPBES, IPCC och FAO visar att det ekologiska jordbruket bidrar till att nå minst 8 av de 17 av de globala målen, inklusive några av de mest centrala som att bekämpa klimatförändringar, skydda den biologiska mångfalden och säkra rent dricksvatten.



MERVÄRDEN MED EKOLOGISKT JORDBRUK

Den ekologiska produktionen och förädlingen bidrar till en rad positiva effekter;

- ◆ **Mindre växthusgasutsläpp**
- ◆ **Biologisk mångfald**
- ◆ **Inga naturfrämmande bekämpningsmedel**
- ◆ **Bördiga jordar**
- ◆ **Extra god djuromsorg**
- ◆ **Mat utan onödiga tillsatser**
- ◆ **Matproduktion som är extra kontrollerad**

De positiva effekterna beskrivs i närmare detalj i kommande kapitel.

Under varje stycke finns det också rekommendationer för hur du kan kommunicera kring dessa effekter.

Utöver ovan nämnda positiva effekter så är den ekologiska produktionen en viktig pusselbit i arbetet med att stärka livsmedelsförsörjningen. Dessutom bidrar ekologiskt jordbruk till att skapa lokala livsmedelssystem. På sida 23 och 25 kan du läsa mer om detta.



Ekologiskt jordbruk och klimatet

Ungefär en femtedel av alla utsläpp av växthusgaser som vi människor orsakar kommer från jordbruket och framför allt från **1)** lustgas som bildas när man gödslar och tillför jorden kväve, **2)** metan som bildas i magarna på kor och andra idisslare och **3)** koldioxid som frigörs när skog och annan mark ställs om till jordbruksmark.

Många av utmaningarna med jordbrukets klimatpåverkan är gemensamma för ekologiskt och konventionellt jordbruk. Ekologiskt jordbruk släpper däremot ut mindre växthusgaser räknat per hektar jordbruksmark. Men jämför man per kilo odlad råvara så är utsläppen ungefär lika stora. Det beror på att de ekologiska skördarna generellt är något lägre. Den något mindre skörden från ekologisk odling beror på att man inte använder konstgödsel. Det ger två positiva klimateffekter; 1) inga växthusgasutsläpp från den fossilkrävande tillverkningen av konstgödsel och 2) minskade lustgasutsläpp som som annars sker vid användningen av konstgödsel.

“Ekologiskt jordbruk släpper däremot ut mindre växthusgaser räknat per hektar jordbruksmark.”

Två andra klimatfördelar med ekologiskt jordbruk är lägre djurtäthet - färre djur per hektar - samt generellt större kolinlagring tack vare större andel vallodling jämfört med konventionell produktion.



FOTO: MICHELLE BONDULICH



Ekologiskt jordbruk och klimatet



DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

- ◆ **Bidra till att minska koldioxidutsläppen - välj eko**
Ekologisk mat är odlad utan konstgödsel som orsakar utsläpp av växthusgaser både vid produktion och användning. Istället för konstgödsel använder ekologiska lantbrukare djurgödsel och växtrester för att på ett naturligare sätt ge näring till jorden.
- ◆ **Mer eko = bättre balans mellan kött och grönt**
Ekologiska lantbrukare jobbar för att skapa ett hållbart kretslopp mellan djur och växter, därför är det ofta färre djur på ekogårdar. Djurens gödsel används för att på ett naturligare sätt ge näring till jorden som får spannmål och grönsaker att växa.
- ◆ **Mer kol i marken - mindre kol i luften**
På ekogårdar odlas ofta mycket gräs och baljväxter som både blir mat till djuren och ger näring till jorden. Det gör att koldioxid från luften lagras i marken. På så sätt kan ekobönder - och du som väljer eko - göra en insats för klimatet!

◆ Spara på växthusgaserna

600 000 ton CO₂e - så mycket växthusgaser har vi räknat ut att Sverige sparar in varje år genom att ekologiska lantbrukare inte använder konstgödsel. Läs om hur vi har räknat ut det på...
www.heltenkelteko.se/klimat

Referenser:

- Se fullständiga vetenskapliga referenser i sammanställningen Jordbruket och klimatet som Ekologiska Lantbrukarna tog fram 2020.



UNDBIK ATT SÄGA ...

- ◆ Ekologiska eller KRAV-märkta livsmedel är alltid bäst för klimatet.

Kommentar:

Odlingsmetoderna har en stor påverkan på klimatet, men vad som odlas eller produceras är också av stor vikt. Därför kan det uppfattas vilseledande att påstå att ekologisk eller KRAV-märkt mat alltid är bäst för klimatet.



Mer biologisk mångfald

Naturens ekosystem med sina många olika levande organismer förser oss människor med olika nyttor, så kallade ekosystemtjänster. Det är till exempel pollinering, rening av vatten, nedbrytning, uppbyggnad av jordens bördighet, växternas näringsförsörjning och så kallad naturlig biologisk kontroll av de odlade grödornas skadedjur och sjukdomar. Forskning visar att det blir fler arter av växter, fåglar och pollinerare på ekologiska gårdar. Fördelarna med större biologisk mångfald i jordbruket är att grödorna skyddas bättre från skadliga insekter, pollinering främjas och avkastningen blir högre. I framtiden, när extrema klimathändelser kan bli allt vanligare är jordbrukslandskap med stor biologisk mångfald mer motståndskraftiga mot miljöstörningar.

“Ungefär en tredjedel av maten vi äter kommer från växter som måste pollineras men i Sverige och resten av Europa minskar antalet insekter drastiskt.”

Men den biologiska mångfalden är starkt hotad. Ungefär en tredjedel av maten vi äter kommer från växter som måste pollineras men i Sverige och resten av Europa minskar antalet insekter drastiskt. Detta hotar både fåglar och möjligheterna att odla exempelvis frukt och grönsaker som behöver pollineras av humlor och bin.



FOTO: MICHELLE BONDULICH

Mer biologisk mångfald



DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

- ◆ När du väljer eko gör du livet lättare för pollinerare!
- ◆ På ekologiska gårdar är artrikedomen av växter och pollinerare i genomsnitt 50 % högre.
- ◆ Ekologiska odlingar kan bidra till att öka den biologiska mångfalden genom att det blir fler arter av växter, fåglar och pollinerare på ekologiska gårdar.
- ◆ Det kan bli fler arter av växter, fåglar och pollinerare på ekologiska gårdar.
- ◆ I genomsnitt finns det 30 % fler arter i ekologisk odling.
- ◆ Biologisk mångfald kan göra naturen och jordbruket mer motståndskraftiga vid till exempel klimatförändringar.

Referenser

- Tuck, S.L. et al. (2014) Land-use intensity and the effects of organic farming on biodiversity: a hierarchical metaanalysis. *Journal of Applied Ecology*, 51(3), 746-755.
- Rundlöf M, Lundin O & Bommarco R. (2012). Växtskyddsmedlens påverkan på biologisk mångfald i jordbrukslandskapet. CKB rapport 2012:2. KompetensCentrum för Kemisk Bekämpning, SLU.
- Cleland, E. E. (2011). Biodiversity and ecosystem stability. *Nature Education Knowledge*, 3(10), 14.



UNDBIK ATT SÄGA ...

- ◆ Ekologiskt jordbruk ökar den biologiska mångfalden.

Kommentar:

Detta är ett generellt påstående. Generella påståenden om att ekologiska odlingar bidrar till att öka den ekologiska mångfalden är problematiska. Med de höga krav som ställs på vederhäftighet enligt marknadsföringslagen är allmänna påståenden svåra att bevisa.

Mer biologisk mångfald



DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

◆ **Ekolantbrukare stöttar fågellivet!**

På ekologiska gårdar trivs pollinerare som humlor och bin samt andra viktiga insekter och småkryp. Det gör i sin tur att många fåglar trivs bättre där.*

◆ **Många fågelarter på ekogårdar**

På ekologiska gårdar finns det många fågelarter. Det har att göra med att eko-bönder inte använder några naturfrämmande bekämpningsmedel.*

◆ **Vilda bin trivs på ekologiska åkrar och fält!**

Visste du att en övergång till ekologiskt lantbruk kan bidra till fler vilda bin på ekologiska åkrar och fält?***

Referenser

* Ekofakta. (2023). Sammanfattning biologisk mångfald och ekologisk produktion.

** Aizen, M.A., Garibaldi, L.A., Cunningham, S.A. & Klein, A.M. (2008). Long-term global trends in crop yield and production reveal no current pollination shortage but increasing pollinator dependency. *Curr. Biol.*, 18, 1572-1575.



**“När du väljer
eko gör du
livet lättare för
pollinerare”**



Inga naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel

I det konventionella jordbruket används ett stort antal kemiska medel för att bekämpa ogräs, skadeinsekter och svampangrepp. Men kemikalierna sprider sig även till jorden, grundvattnet, sjöar, hav och vattendrag. Och när de olika ämnena blandas och interagerar kan de förvärra varandras farliga effekter. Det är detta som kallas cocktaileffekten. Många av de substanser som används har visat sig vara skadliga för levande organismer i jord och vatten.

Forskningen och rapporter från bland annat FN och WHO har visat att vissa kemiska bekämpningsmedel kan ha en negativ påverkan på människors hälsa. Några av hälso-problemen som diskuteras i de här rapporterna är cancer, hormonstörningar och skador på centrala nervsystemet.

”I ekologisk odling är naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel förbjudna.”

I ekologisk odling är naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel förbjudna. I stället tillämpar man förebyggande och mekaniska metoder i odlingen som varierad växtföljd, motståndskraftiga sorter, mekanisk ogräsrensning och naturlig bekämpning av skadedjur och sjukdomar.



FOTO: JOHN-DANIEL ISAKSSON

Inga naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel



DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

- ◆ Naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel används inte i produktionen av ekologiska produkter. (Exempel: "Vår ekologiska xxx är producerad utan naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel.")
- ◆ Ekobonden sprider inte naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel i naturen.
- ◆ Ekologisk/KRAV-märkt X (produkt) odlas utan naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel
- ◆ Ekologiska lantbrukare odlar utan naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel som kan sprida sig till grundvattnet.
- ◆ När du väljer eko/KRAV-märkt skyddar du vårt grundvatten!

Referenser:

- Regler för KRAV-certifierad produktion utgåva 2019-20
- EU-förordning om ekologisk produktion
- Ascard, J., Löfkvist, K., Mie, A., & Wivstad, M. (2017). Växtskyddsmedel i ekologisk produktion
- Rundlöf M, Lundin O & Bommarco R. (2012). Växtskyddsmedlens påverkan på biologisk mångfald i jordbrukslandskapet. CKB rapport 2012:2. KompetensCentrum för Kemisk Bekämpning, SLU.



UNDVIK ATT SÄGA ...

- ◆ Ekologisk X (produkt) är fri från kemiska bekämpningsmedel.
- ◆ Ekologiska produkter är giftfria.
- ◆ Ekobonden sprider inte gifter i naturen.
- ◆ Ekologisk mat är obesprutad.

Kommentar:

Bekämpningsmedel och andra miljögifter kan spridas oavsiktligt med regn och vind och kan förekomma i små mängder även i ekologiska produkter. Det gäller också kadmium och naturligt förekommande gifter. Även en ekologisk odlare kan bespruta sina grödor med vissa godkända biologiska medel och vissa andra medel som inte är naturfrämmande, men som räknas som kemiska. Därför är dessa påståenden felaktiga och därmed vilseledande.



Bördiga jordar

Jorden är en av de viktigaste naturresurserna vi har för att producera livsmedel. All verksamhet i jordbruket börjar i marken. Allt från skörd, kvalitet, ogräsförekomst till växthälsa är direkt beroende av hur marken sköts. Jorden är en förnybar resurs – men med felaktiga metoder kan den med tiden utarmas.

I ett ekologiskt lantbruk väljer lantbrukaren brukningsmetoder som ökar och bevarar jordens bördighet. Målet är att stimulera markorganismerna – dagmask, svampar och bakterier mm – så att det sker en tillräcklig näringsförsörjning utan att man skapar ett överskott av kväve som kan läcka ut i den omgivande miljön. Det krävs mycket kunskap hos lantbrukaren för att förstå hur de biologiska markprocesserna och omsättningen av organiskt material sker, kunskap som ger både ekonomiskt och miljömässigt positiva effekter.

“I ett ekologiskt lantbruk väljer lantbrukaren brukningsmetoder som ökar och bevarar jordens bördighet.”



FOTO: MICHELLE BONDULICH

Bördiga jordar



DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

- ◆ När du väljer eko/KRAV-märkt bidrar du till bördiga jordar!
- ◆ Djurgödsel och växtrester istället för fossilkrävande konstgödsel bidrar till bördiga, näringsrika matjordar som myllrar av liv.
- ◆ Det ekologiska lantbruket strävar efter att skapa ett hållbart kretslopp mellan djur och växter.

Referenser:

- Lori, M. et al. (2017) Organic farming enhances soil microbial abundance and activity—A meta-analysis and meta-regression. PLoS One. 12(7), e0180442.
- Gattinger, A. et al. (2012) Enhanced top soil carbon stocks under organic farming. Proceedings of the National Academy of Sciences. 109(44), 18226-18231.



UNDVIK ATT SÄGA ...

- ◆ När du väljer eko/KRAV-märkt bidrar du till bördigare jordar.

Kommentar:

Generella påståenden om att ekologiska odlingar alltid skulle ha högre markbördighet än sina konventionella motsvarigheter är problematiska eftersom det är omöjligt att leda i bevis.

Extra god djuromsorg

God djuromsorg och hög djurvälstånd är utgångspunkten för den ekologiska djurhållningen. Mål och regler för ekologisk djurhållning går längre och omfattar mer än vad svensk djurskyddslag föreskriver, och KRAV:s regler går dessutom längre än EU:s förordning när det gäller regler för den ekologiska djurhållningen.

Förutom god hälsa, tillväxt och produktion är möjligheten att kunna utöva naturliga, medfödda beteenden centralt i ekologisk djurhållning och en förutsättning för hög djurvälstånd. Att skapa trivsel och undvika stress är viktigt för god djurhälsa liksom möjligheten att i flocken bilda familjegrupper och rangordning är viktiga åtgärder i ekologisk djurhållning liksom att fodret anpassas efter artens specifika behov. Djur på ekologiska gårdar får dessutom mest ekologiskt foder - ofta odlat på den egna gården. Utevistelse och motion är en annan viktig åtgärd för trivsel och god hälsa. Under avsnittet "Kategorier" finns det budskap för olika animaliska produkter (mejeri, ägg, nötkött, gris och lamm).



FOTO: MICHELLE BONDULICH

Extra god djuromsorg



DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

- ◆ När du väljer eko bidrar du till extra god djurvälstånd!
- ◆ Beta, böka och sprätta extra mycket. Gå ut i regn och solsken. Inga omöjliga krav! Djur på eko-gårdar får dessutom mest ekologiskt foder – ofta från den egna gården.
- ◆ KRAV ställer högre krav på djuromsorg än EU:s regler för ekologisk produktion.

Referenser:

- Regler för KRAV-certifierad produktion utgåva 2019-20
- EU-förordning om ekologisk produktion



UNDVIK ATT SÄGA ...

- ◆ Alla ekologiska djur får vara ute
- ◆ Ekologiska djur får enbart ekologiskt foder

Kommentar:

En del djurslag i ekologisk produktion garanteras inte utevistelse. Exempelvis vinterlamm får vara inne. Även kycklingar som föds upp på vintern kan missa utevistelsen. Vad gäller foder får höns och gris äta 5% konventionellt proteinfoder av jordbruksursprung och dessutom får de äta 10% konventionellt foder som inte är av jordbruksursprung, till exempel fiskmjöl.

Mat utan onödiga tillsatser

Enligt det ekologiska regelverket är det inte tillåtet att använda syntetiska färgämnen, smakämnen, konserveringsmedel, sötningsmedel eller ohållbart producerad palmolja i sammansatta produkter. Berikning med till exempel vitaminer får bara göras när lagen så kräver. KRAV-certifieringen går längre än EU:s förordning för den ekologiska produktionen när det gäller ett fåtal tillsatser. Av försiktighets skull är till exempel tillsatsen nitrit som är vanlig i charkprodukter inte tillåten.

“Enligt det ekologiska regelverket är det inte tillåtet att använda syntetiska färgämnen, smakämnen, konserveringsmedel, sötningsmedel eller ohållbart producerad palmolja i sammansatta produkter.”



FOTO: MICHELLE BONDULICH

Mat utan onödiga tillsatser



DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

- ◆ När du väljer eko får du mat utan onödiga tillsatser!
- ◆ Enligt eko-reglerna är det inte tillåtet att använda syntetiska färgämnen, smakämnen, konserveringsmedel eller sötningsmedel. Inte heller någon ohållbart producerad palmolja.
- ◆ KRAV tillåter inte tillsatsen nitrit.
- ◆ **Av 320 tillsatser är endast ett 50-tal tillåtna i ekologiska livsmedel.**
När du väljer eko får du mat utan onödiga tillsatser som syntetiska färgämnen, smakämnen, konserveringsmedel och sötningsmedel.

Referenser:

- Regler för KRAV-certifierad produktion utgåva 2019-20
- Förordning (EU) nr 2018/848 - regler om ekologisk produktion och märkning av ekologiska produkter



UNDVIK ATT SÄGA ...

- ◆ Ekologisk mat görs utan tillsatser

Kommentar:

En del naturliga ingredienser som räknas som tillsatser som till exempel salt, mjölksyra och äppelsyra är tillåtna i ekologiska livsmedel.



Livsmedel som alltid är kontrollerade

All ekologisk livsmedelsproduktion är tredjepartscertifierad. Det betyder att någon annan än den som odlar, producerar och säljer har granskat och kontrollerat den. Ekologisk mat och dryck är alltid kontrollerad och märkt med KRAV eller det gröna EU-lövet. Man får inte benämna produkter som ekologiska inom EU utan att uppfylla dessa krav och det gäller även varor som importeras till EU.





Livsmedel som alltid är kontrollerade



DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

- ◆ När du väljer eko får du mat som lever upp till höga krav!
- ◆ All ekologisk mat är tredjepartscertifierad. Det betyder att någon annan än den som odlar, producerar och säljer har granskat och kontrollerat den. Ekologiskt är alltså ingenting som vem som helst kan svänga sig med. Eko är alltid kontrollerat och märkt med KRAV eller det gröna EU-lövet.
- ◆ KRAV ställer högre krav än EU:s regler för ekologisk produktion. Detta gäller särskilt för djuromsorg, hälsa, socialt ansvar och klimatpåverkan.

Referenser

- Regler för KRAV-certifierad produktion utgåva 2019-20
- Europaparlamentets och Rådets förordning (EU) 2018/848



UNDVIK ATT SÄGA ...

- ◆ Ekologiska produkter är bra/bättre för miljön.

Kommentar:

Detta är ett generellt påstående som är svårt att bevisa. Använd i stället mer precisa påståenden av den typ vi anger i den här guiden. Precisa påståenden är enklare att bevisa med hänvisningar till reglerna för ekologisk produktion och till resultat från forskningen.



Närproducerat och ekologiskt

Det finns många goda anledningar att välja närproducerad mat och dryck. Det kan handla om att man vill minska behovet av långa transporter, stötta svensk matproduktion, gynna arbetstillfällena lokalt och få livsmedel som är i säsong. Det finns dock inte någon enhetlig definition av vad närproducerat eller lokalproducerat är och står för.

“Närproducerat handlar om var maten har odlats, medan ekologiskt handlar om hur maten har producerats.”

Närproducerat handlar om var maten har odlats, medan ekologiskt handlar om hur maten har producerats. Ekologisk produktion är enkel att definiera eftersom den styrs av ett gemensamt regelverk och alltid är certifierad av ett oberoende certifieringsföretag. Alla ekologiska livsmedel som säljs inom EU märks med det så kallade EU-lövet och i Sverige bär många livsmedel också KRAV-märket, som går längre inom djurvälstånd, klimat och energi.

Den ekologiska produktionen är på många sätt mer lokal än andra alternativ då man strävar efter att bygga ett hållbart kretslopp utifrån platsens resurser. Till exempel använder ekologiska gårdar varken importerade insatsmedel som naturfrämmande bekämpningsmedel eller klimatskadlig konstgödsel. Dessutom odlar eko-lantbrukare i stor utsträckning fodret till sina djur på den egna gården eller köper foder från en gård i samma region.



Närproducerat och ekologiskt



DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

◆ Närproducerat eller ekologiskt - vad ska jag välja?

Det finns ingen definition av närproducerat, därför är det svårt att jämföra med ekologiskt. Närproducerad mat har många fördelar som att den bidrar till arbetstillfällen lokalt. Väljer du närproducerat OCH ekologiskt får du dessutom mat som bidrar till god djurvälstånd, ökad biologisk mångfald, rent vatten och levande jordar.

◆ Bra självförsörjning med eko!

När du väljer eko stöttar du en matproduktion som varken är beroende av importerad konstgödsel eller naturfrämmande bekämpningsmedel. Ekolantbruket strävar efter att skapa ett hållbart lokalt kretslopp mellan djur och växter.

Referenser:

- Ekofakta. (2023). Sammanfattning lokalproducerat och/eller ekologiskt - vad ska vi välja?



Livsmedelsförsörjning

På ekologiska gårdar är skörden generellt sätt lägre än på o-ekologiska gårdar. Därför påstår en del att ekologiskt jordbruk inte kan producera tillräckligt med mat för att föda världen. Flera studier visar dock det går att föda världen med ekologiskt producerade livsmedel på befintlig jordbruksmark om konsumtionen av animaliska produkter begränsas och matsvinnet minskar.

“Detta pekar på att hunger inte beror på matbrist utan på en mycket ojämn fördelning av livsmedel och andra systemfel.”

Runt 800 miljoner människor är idag undernärda medan ungefär 600 miljoner lider av fetma. Detta pekar på att hunger inte beror på matbrist utan på en mycket ojämn fördelning av livsmedel och andra systemfel. Dock ska det tilläggas att klimatförändringarna, förlusten av biologisk mångfald samt utarmade jordar också är faktorer som negativt påverkar tillgången på näringsrik och hälsosam mat.

En ökad ekologisk produktion i Sverige och globalt skulle minska klimatpåverkan, främja den biologiska mångfalden och stärka mikrolivet i matjordarna. På så sätt är ekologiskt jordbruk en viktig pusselbit i omställningen till ett matsystem som kan föse jordens befolkning med hälsosam mat samtidigt som miljö- och klimatpåverkan begränsas.



FOTO: MICHELLE BONDULICH

Livsmedelsförsörjning



DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

◆ Skulle maten räcka om allt jordbruk skulle bedrivas ekologiskt?

Ja! Flera forskare har räknat på detta. Men för att maten ska räcka till alla behöver vi minska matsvinnet, överkonsumtionen, välja mer vego, äta mindre kött och bättre hushålla med våra naturresurser.

Referenser:

- Poux, X., & Aubert, P. M. (2018). An agroecological Europe in 2050: multifunctional agriculture for healthy eating. Findings from the Ten Years For Agroecology (TYFA) modelling exercise, Iddri-AScA, Study, 9, 18.
- Muller, A., Schader, C., El-Hage Scialabba, N., Brüggemann, J., Isensee, A., Erb, K. H., ... & Niggli, U. (2017). Strategies for feeding the world more sustainably with organic agriculture. Nature communications, 8(1), 1-13.
- Karlsson, J., Rös, E., Sjunnestrand, T., Pira, K., Larsson, M., Andersen, B. H., ... & Brubæk, S. (2017). Future Nordic Diets: Exploring ways for sustainably feeding the Nordics (Vol. 2017566). Nordic Council of Ministers.



MERVÄRDEN INOM OLIKA KATEGORIER

I det här avsnittet kan du läsa om mervärdena med nio olika livsmedelskategorier, samt ta del av råd och vägledning för hur företag kan kommunicera fördelarna med dessa produkter. Budskapen är vetenskapligt belagda och utgår från EU:s regelverk för ekologisk produktion samt KRAVs regelverk. Dessutom är de granskade av jurister för att de ska kunna användas i marknadsföringssyfte.

De nio livsmedelskategorierna är:

- ◆ Mjök
- ◆ Nötkött
- ◆ Ägg
- ◆ Kyckling
- ◆ Gris
- ◆ Lamm
- ◆ Spannmål
- ◆ Frukt och grönt
- ◆ Kaffe



Mjök

Med rörelsefrihet, utvistelse och en diet baserad på grovfoder som gräs och klöver, samt god skötsel och bra rutiner lägger en ekologisk mjölkbonde grunden för en god djurhälsa och djurvälstånd. Kon är ett socialt flockdjur som behöver motion, frisk luft och kunna röra sig fritt för att inrätta sig i flockens rangordning.

Kor är idisslare och har fyra magar där fodret omvandlas till näring med hjälp av bakterier och enzymer. Idisslars magar är anpassade att smälta fiberrika gröna växter och därför är grovfoder kors naturliga föda. Grovfoder växer på vallen och består av gräs och klöver som betas, torkas till hö eller konserveras till ensilage. Dagens kor producerar mycket mjök. För att kon ska orka med denna prestation behöver hon mycket energi och protein. Därför behöver kon oftast också ett tillskott av mer koncentrerat foder som finns i till exempel säd. Ekologiska gårdar strävar efter att vara självförsörjande med så lite inköpt foder som möjligt. Minst 60% av fodret odlas på den egna gården.

”Minst 60% av fodret odlas på den egna gården.”



Ekologiska kor ska under sommaren ha tillgång till bete. KRAV reglerar detta ytterligare så att de ska vara ute på bete minst halva dygnet och få i sig minst hälften av sitt dagliga foder genom att beta. De bidrar samtidigt till att hålla landskapet öppet och att gynna den biologiska mångfalden i åkrar och hagar.

För att producera mjök måste kon få en kalv varje år. KRAV-certifierade kor får föda sin kalv i en speciell kalvningsbox där de får vara ifred och lära känna varandra den första tiden. Den KRAV-märkta kalven får dia minst ett dygn för att få i sig den första näringsrika råmjölken som skyddar den mot infektioner. Till minst 12 veckors ålder ska ekologiska kalvar fortsätta att dricka riktig ekologisk komjök vilket gör att den blir friskare och växer fortare än om den föds upp på pulvermjök. När kalven skiljts från sin mor får den leva i grupp med andra kalvar.



Mjök



DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

- ◆ Ekologisk / KRAV-märkt mjök kommer från kor vars foder är ekologiskt producerat.
- ◆ Kor på ekologiska och KRAV-märkta gårdar får foder med en stor andel grovfoder som klöver och gräs.
- ◆ KRAV-märkt mjök kommer från kor som får vara ute och beta mycket.
- ◆ Kor mår bra av att beta mycket.
- ◆ Ekologisk/KRAV-märkt mjök kommer från gårdar där kalvarna får dricka riktig mjök i minst tre månader.
- ◆ Kor på KRAV-certifierade gårdar får extra mycket tid för att beta, få frisk luft och motion. På sommaren är de ute mer än 12 timmar per dygn.
- ◆ På ekologiska och KRAV-märkta mjökgårdar odlas minst 60 procent av fodret på den egna gården.
- ◆ Det ekologiska lantbruket strävar efter att skapa ett hållbart kretslopp mellan djur och växter.



UNDTVIK ATT SÄGA ...

- ◆ På ekologiska mjökgårdar odlas allt foder på den egna gården

Kommentar:

Detta påstående stämmer inte eftersom KRAV:s regler säger att minst 60 % av kornas foder ska odlas på den egna gården eller i samarbete med andra KRAV-certifierade gårdar.

Referenser:

- Regler för KRAV-certifierad produktion utgåva 2019-20
- Burow, E., Rousing, T., Thomsen, P. T., Otten, N. D., & Sørensen, J. T. (2013). Effect of grazing on the cow welfare of dairy herds evaluated by a multidimensional welfare index. *Animal*, 7(5), 834-842.
- European Food Safety Authority (EFSA). (2009). Scientific report on the effects of farming systems on dairy cow welfare and disease. *EFSA Journal*, 7(7), 1143r.
- Von Keyserlingk, M. A., Cestari, A. A., Franks, B., Fregonesi, J. A., & Weary, D. M. (2017). Dairy cows value access to pasture as highly as fresh feed. *Scientific reports*, 7, 44953.

Nötkött

Ekologiskt nötkött kan komma från speciella kött-raser eller från mjölk-ras beroende på vad som passar i upp-födarens produktion. Nötkreatur som föds upp för eko-logisk köttproduktion ska liksom mjölkkor utfodras med huvudsakligen grovfoder (klöver och gräs) och allt foder utom mineralfodret ska vara ekologiskt producerat.

Tjurar som föds upp enligt KRAV:s regler måste gå på bete till skillnad från tjurar på konventionell gårdar. För EU-ekologisk produktion räcker det med utvistelse i en rastgård för tjurar. Djuren ska kunna utföra sina naturliga beteenden, vara utomhus mycket och det mesta av fodret ska komma från den egna gården. Betande djur ger inte bara resurseffektiva livsmedel utan också ett öppet landskap och bevarade betesmarker. I stallet ska djuren gå lösa och ha tillgång till en liggyta med strö (t ex halm eller torv).



FOTO: GRÖNA GÅRDAR

Nötkött



DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

- ◆ KRAV-märkt nötkött kommer från gårdar där djuren får gå ute och beta extra mycket.
- ◆ Ekologiskt och KRAV-märkt nötkött kommer från gårdar som varken använder naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel eller konstgödsel.
- ◆ I genomsnitt är det 50% fler arter av växter och pollinerare på eko-gårdar.
- ◆ Ekologiskt/KRAV-märkt nötkött kommer från djur vars foder är ekologiskt producerat.
- ◆ Ekologiskt/KRAV-märkt nötkött kommer från gårdar där fodret är odlat utan naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel.
- ◆ Det ekologiska lantbruket strävar efter att skapa ett hållbart kretslopp mellan djur och växter.
- ◆ Ekologiska nötdjur får minst 60% av fodret från den egna gården. På den KRAV-certifierade gården får de 75%.



UNDVIK ATT SÄGA ...

- ◆ På ekologiska gårdar odlas allt foder på den egna gården.

Kommentar:

Ekologiska nötdjur som inte är mjölkkor får minst 60 % av fodret från den egna gården eller i samverkan med annan gård. På den KRAV-certifierade gården får de 75 %. I ekologisk nötköttsproduktion får max 40 % av fodret vara kraftfoder, resten ska vara grovfoder. Rotfrukter räknas som grovfoder. Enligt KRAV:s regler får maximalt 30 % vara kraftfoder.

Referenser:

- Regler för KRAV-certifierad produktion utgåva 2019-20
- Europaparlamentets och Rådets förordning (EU) 2018/848
- Tuck, S.L. et al. (2014) Land-use intensity and the effects of organic farming on biodiversity: a hierarchical meta-analysis. *Journal of Applied Ecology*, 51(3), 746-755.

Ägg

Alla tamhöns anses härstamma från den röda djungelhönan som lever i Sydostasiens skogar och skillnaderna i beteenden mellan dessa och våra moderna tamhöns är förvånansvärt små. Flocken har en strikt rangordning som bestäms av ålder, storlek och styrka. Hönorna kommunicerar med läten och kroppsställningar och blir det för trångt kan aggressivitet uppstå. Höns har en strikt dygnsrytm där största delen av tiden går åt till att söka föda och äta. Annan viktig sysselsättning är fjäderputs och sandbad som avlägsnar parasiter och håller fjäderdräkten i trim. Under dygnets mörka timmar sitter höns i naturlig miljö uppflugna på en trädgren i skydd från marklevande rovdjur. Bobygge och värpning på en skyddad plats är andra starka instinkter hos hönan.

“Ekologisk hönshållning ska liksom för alla andra djurslag ske så att djuren har en stressfri och så naturlig miljö som möjligt.”

Ekologisk hönshållning ska liksom för alla andra djurslag ske så att djuren har en stressfri och så naturlig miljö som möjligt så att hönornas naturliga behov och beteenden tillgodoses. Det innebär att de ska kunna röra sig fritt och vistas ute under den tid av året som klimatet tillåter och att de ska ha tillgång till en rastgård med bete där de kan picka och sprätta. Inomhus ska det finnas strö på golvet och sandbad.



Ägg

DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

- ◆ Ekologiska/KRAV-märkta höns har tillgång till utevistelse.
- ◆ Ekologiska/KRAV-märkta ägg kommer från höns som har tillgång till utevistelse.
- ◆ Ekologiska/KRAV-märkta hönor har gott om plats att röra på sig - både inne och ute.
- ◆ Ekologiska/KRAV-märkta hönor har tillgång till en beteshage där de kan sprätta och picka mask.
- ◆ KRAV har detaljerade regler för hur rastgården ska se ut så att hönsen trivs och vill gå ut.

Referenser:

- Regler för KRAV-certifierad produktion utgåva 2019-20
- Europaparlamentets och Rådets förordning (EU) 2018/848

UNDVIK ATT SÄGA ...

- ◆ Ekohöns får endast ekologiskt foder.

Kommentar:

Fem procent av fodret får vara konventionellt producerat.

De flesta konventionellt uppfödda höns hålls inne. Ekologiska höns ska ha tillgång till rastgårdar utomhus minst en tredjedel av sitt liv. Observera att myndigheter kan tvinga djurhållare att ha fjäderfä inomhus på grund av smittorisk, till exempel vid fågelinfluensa.



Kyckling

Ekologisk kycklinguppfödning ska liksom för alla andra djurslag ske så att djuren har en stressfri och så naturlig miljö som möjligt så att djurens naturliga behov och beteenden tillgodoses. Det innebär att de ska kunna röra sig fritt och vistas ute under den tid av året som klimatet tillåter och att de ska ha tillgång till en rastgård med bete där de kan picka och sprätta. Inomhus ska det finnas strö på golvet och sandbad. Den ekologiska kycklingen får ekologiskt odlat foder och har tillgång till utevistelse och dagsljus. Det är inte tillåtet att använda läkemedel i förebyggande syfte.

“Det innebär att de ska kunna röra sig fritt och vistas ute under den tid av året som klimatet tillåter.”

De ekologiska kycklingarna levereras dagsgamla till gården från ett kläckeri. Det är väldigt viktigt att de små kycklingarna får de allra bästa förutsättningarna. Detta ställer stora krav på byggnaden, skötselrutinerna och skötarens noggrannhet. Kycklingarna ska ha det varmt och rikligt med utfodringsplatser. Från det att kycklingarna är fullfjädrade, eller vid 6 veckors ålder, får de möjlighet till utevistelse. Då kycklingarna är 81 dagar är de klara för slakt. Man plockar då försiktigt in dem i speciella transportlådor för vidare transport till slakteriet. Lastningen går lugnast till på natten, då kycklingarna sitter och sover.



FOTO: REKO GÅRDAR

Kyckling

DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

- ◆ Svenska ekologiska/KRAV-märkta kycklingar har extra stort utrymme.
- ◆ Ekologiska/KRAV-märkta kycklingar har tillgång till utevistelse.
- ◆ Vår kyckling kommer från uppfödning där kycklingarna har tillgång till utevistelse från vår till höst.
- ◆ Ekologiska/KRAV-märkta kycklingar växer långsammare.
- ◆ Inomhus ska den KRAV-märkta kycklingen kunna hoppa upp på upphöjda sittplatser.
- ◆ Den KRAV-märkta kycklingen hanteras varsamt från gård till slakt.

Referenser:

- Regler för KRAV-certifierad produktion utgåva 2019-20
- Europaparlamentets och Rådets förordning (EU) 2018/84

UNDVIK ATT SÄGA ...

- ◆ Den här kycklingen har fått vara ute.

Kommentar:

En ekologisk kyckling blir bara cirka 81 dagar. Är den född i december har den med stor sannolikhet inte fått vara ute i rastgård.



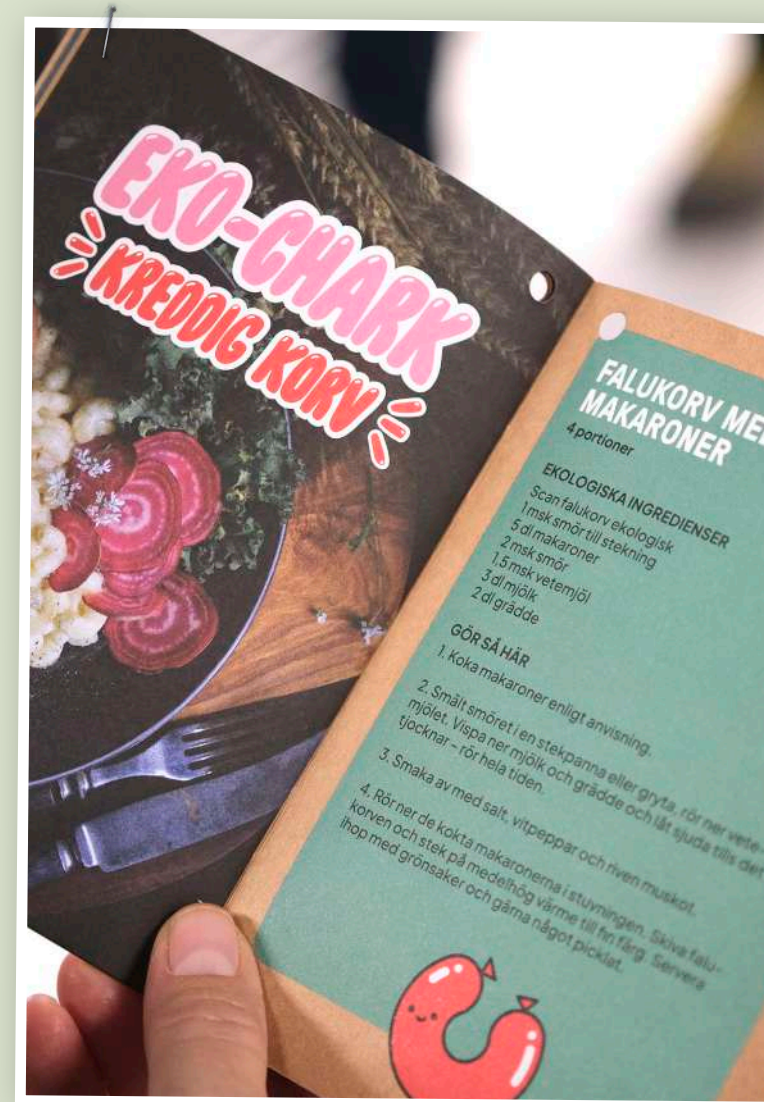
Gris

Ekologisk grishållning ska liksom för alla andra djurslag ske så att djuren har en stressfri och så naturlig miljö som möjligt så att djurens naturliga behov och beteenden tillgodoses. Med rörelsefrihet, utevistelse och en diet baserad på grovfoder, samt god skötsel och bra rutiner lägger en ekologisk djurbonde grunden för en god djurhälsa och djurvälstånd.

Uppfödning av ekologiska grisar skiljer sig mycket från den konventionella produktionen, exempelvis får de flesta grisarna i Sverige aldrig vara ute. Grisar på ekologiska och KRAV-märkta gårdar får tillgång till utevistelse året runt.

“Grisar på ekologiska och KRAV-märkta gårdar får tillgång till utevistelse året runt.”

Det är också skillnad på uppfödning enligt KRAV:s och EU:s regler. KRAV:s regler säger att grisarna ska vara ute minst 4 månader på beväxt mark under sommarperioden medan EU:s regler säger att grisarna ska ha tillgång till en rastgård att böka och gödsla på. I vanliga fall är det en hårdgjord yta som är skrapbar. En annan stor skillnad är självförsörjningsgraden på foder. I KRAV-certifierad grisproduktion ska den vara minst 50 procent medan EU-kravet för den ekologiska grisproduktionen är 20 procent.





Gris



DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

Budskap för EU-ekologiska och KRAV-certifierade gårdar:

- ◆ Ekologiska grisar kan gå ut varje dag på året
- ◆ Ekologiska grisar får nästan bara ekologiskt foder.
- ◆ Ekologiska grisar får fri tillgång på grovfoder (t ex gräs och klöver, ensilage, hö).
- ◆ Smågrisar som föds upp ekologiskt får dia sina mammor minst sju veckor.



UNDVIK ATT SÄGA ...

- ◆ Ekologiska grisar får bara ekologiskt foder

Kommentar:

Grisar får äta 5 % konventionellt foder av jordbruksursprung och dessutom får de äta 10% konventionellt foder som inte är av jordbruksursprung, till exempel fiskmjöl.

Budskap för enbart KRAV-certifierade gårdar:

- ◆ Grisar mår bra av att beta och böka (Exempel: Vårt KRAV-märkta griskött kommer från gårdar där grisarna för beta och böka i jorden på sommaren. Det mår grisarna bra av!)
- ◆ KRAV-märkt griskött kommer från gårdar där grisarna får beta eller böka i jorden på sommaren.
- ◆ KRAV-certifierade grisar har tillgång till gyttjebad eller annan vattensvalka under den varma årstiden.
- ◆ Minst hälften av fodret odlas på egna gården.
- ◆ Suggorna har möjlighet att bygga bo åt sina kultingar.
- ◆ KRAV har särskilda regler för hur slakten ska gå till. De sträcker sig längre än lagen.

Referenser:

- Regler för KRAV-certifierad produktion utgåva 2019-20
- Europaparlamentets och Rådets förordning (EU) 2018/848
- Studnitz, M., Jensen, M. B., & Pedersen, L. J. (2007). Why do pigs root and in what will they root?: A review on the exploratory behaviour of pigs in relation to environmental enrichment. *Applied animal behaviour science*, 107(3-4), 183-197.
- Algers, B., Blokhuis, H. J., Broom, D. M., Costa, P., Domingo, M., Greiner, M., ... & Morton, D. B. (2007). Animal health and welfare in fattening pigs in relation to housing and husbandry Scientific Opinion of the Panel on Animal Health and Welfare. *EFSA JOURNAL*, 5(10).



Lamm

Ekologisk och KRAV-certifierad lammuppfödning ska likasom för alla andra djurslag ske så att djuren har en stressfri och så naturlig miljö som möjligt så att djurens naturliga behov och beteenden tillgodoses. Med rörelsefrihet, utevistelse och en diet baserad på grovfoder, samt god skötsel och bra rutiner lägger en ekologisk djurbonde grunden för en god djurhälsa och djurvälstånd.

Får är våra bästa landskapsvårdare. En del av fårhållningen sker nämligen på naturbete där djuren bidrar till ett vackert kulturlandskap och till att bevara och öka den biologiska mångfalden. Får har en stark flockkänsla, de håller ihop familjevis och betar, vilar och förflyttar sig tätt ihop i grupp. De är kräsna betesdjur och föredrar örter och baljväxter om de kan välja. Även vinterfodret bör därför innehålla baljväxter som klöver och lusern, och vanliga örter i fårdieten är cikoria, svartkämpar och kummin. Då kan de äta stora mängder grovfoder och växa bra på det. Även konventionellt hållna får går ute på bete på sommaren men får och lamm på ekologiska och KRAV-märkta gårdar får både bete och vinterfoder som är ekologiskt odlat. Fodret odlas till största delen på den egna gården. Även under vintern ska ekologiska får i regel kunna gå ut dagligen. Får som föder sina lamm på vintern får en avskild plats för födseln.

Det som framför allt skiljer ekologisk fårhållning från konventionell är att rutinmässig, förebyggande avmaskning inte är tillåten i ekologisk uppfödning. För att undvika problem med parasiter måste bonden planera betet noggrant och växla betesfällor så att betet blir så näringsrikt som möjligt samtidigt som risken för parasitangrepp minimeras. Att växla bete med andra djurslag, t ex kor eller hästar, är ett annat effektivt sätt att minska risken för parasiter.



FOTO: EKOLOGISKA LANTBRUKARNA



Lamm



DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

- ◆ Ekologiska och KRAV-märkta får går på bete under sommaren. Djurens betande håller landskapet öppet och bidrar till stor biologisk mångfald.
- ◆ I genomsnitt är det 50% fler arter av växter och pollinerare på eko-gårdar.
- ◆ Får på ekologiska och KRAV-märkta gårdar får gå ute under en stor kan gå ut under en stor del av året, men de kan hållas inne på vintern om de har extra stora ytor och en ljus och luftig miljö.
- ◆ Får på ekologiska och KRAV-märkta gårdar får foder som till minst 60% odlats på den egna gården.
- ◆ Rutinmässigt förebyggande behandling med till exempel avmaskningsmedel får inte förekomma.
- ◆ Får på ekologiska och KRAV-märkta gårdar får enbart ekologiskt odlat foder.
- ◆ Det ekologiska lantbruket strävar efter att skapa ett hållbart kretslopp mellan djur och växter.



UNDVIK ATT SÄGA ...

- ◆ Alla ekologiska djur får vara ute

Kommentar:

Vinterlamm får vara inne. Även kycklingar som föds upp under vintern kan missa utevistelsen och samma sak är det med kalvar som slaktas unga, vilket är ovanligt.

Referenser:

- Regler för KRAV-certifierad produktion utgåva 2019-20
- Europaparlamentets och Rådets förordning (EU) 2018/848



Spannmål

Ekologisk och KRAV-märkt spannmål odlas utan naturfämmande kemiska bekämpningsmedel och utan konstgödsel. I stället använder bonden andra metoder för att klara näringsförsörjning av grödan och för att minimera problem med ogräs, sjukdomar och skadeinsekter.

En väl genomtänkt växtföljd där "närande" grödor växlas med "tärande" grödor är A och O i ekologisk odling. Vall (gräs och klöver) och baljväxter (ärtor och bönor) kallas för närande grödor eftersom de tillför marken kväve genom biologisk fixering. Grödor som inte tillför marken kväve utan enbart förbrukar det kallas för tärande. På nästan alla ekologiska lantbruk ingår en klöverrik vall i växtföljden. Den ger förutom näring till efterföljande gröda, ett värdefullt foder till kor, får och grisar. Vallen bidrar också till att bygga upp jordens bördighet och minskar förekomsten av ogräs och skadegörare i den gröda som odlas därefter. Även på ekologiska lantbruk utan djur ingår det därför vall i växtföljden.

Gödslingen av spannmålsgrödan sker främst med gödsel från djur på den egna gården och med vall och baljväxter i växtföljden. Därtill kan en ekologisk lantbrukare använda djurgödsel från andra ekologiska gårdar, vissa specialgödselmedel och rötresten från vissa biogasanläggningar.



FOTO: SALTÅ KVARN



Spannmål



DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

- ◆ Ekologisk och KRAV-märkt spannmål odlas alltid utan naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel.
- ◆ Ekologisk och KRAV-märkt spannmål odlas utan konstgödsel. För att gödsla grödan används i stället en växtföljd där vall och andra baljväxter ingår och ofta djurgödsel.
- ◆ I ekologisk och KRAV-certifierad odling används inte genetiskt modifierade organismer (GMO).
- ◆ I genomsnitt är det 50% fler arter av växter och pollinerare på eko-gårdar.
- ◆ Det ekologiska lantbruket strävar efter att skapa ett hållbart kretslopp mellan djur och växter.
- ◆ Svensk KRAV-märkt spannmål kommer från gårdar som följer KRAVs extra regler för klimat och miljö.

Referenser:

- Regler för KRAV-certifierad produktion utgåva 2019-20
- Europaparlamentets och Rådets förordning (EU) 2018/848



UNDVIK ATT SÄGA ...

- ◆ Ekologiskt spannmål är obesprutat
- ◆ Ekologiskt spannmål är giftfritt

Kommentar:

Bekämpningsmedel och andra miljögifter kan spridas med regn och vind och kan därför förekomma i små mängder även i ekologiska produkter. Det gäller också kadmium och naturligt förekommande gifter. Även en ekologisk odlare kan bespruta sina grödor med vissa godkända biologiska medel och vissa andra medel som inte är naturfrämmande, men som räknas som kemiska. Därför är det viktigt att alltid skriva naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel.



Frukt och grönt

Ekologiska och KRAV-märkta frukt och grönsaker odlas utan naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel och utan konstgödsel. I stället använder lantbrukaren andra metoder för att klara näringsförsörjning av grödan och för att minimera problem med ogräs, sjukdomar och skadeinsekter. I ekologisk grönsaksodling handlar det mycket om att göra rätt saker i rätt tid för att undvika en hög arbetskostnad, låg skörd och dålig kvalitet.

“En varierad växtföljd är grunden för ekologisk odling av grönsaker.”

En varierad växtföljd är grunden för ekologisk odling av grönsaker. Vall (klöver och gräs) och grüngödsling gynnar marklivet och jordens bördighet och bidrar till att hålla undan ogräs och skadeinsekter och sjukdomar. Grüngödsling är en gröda som består av gräs och olika baljväxter och som enbart odlas för att gödsla jorden. Den odlas framför allt på gårdar utan djur. När grönsakerna säljs för de bort mycket växtnäring från gården där de odlas. Den bortförda näringen ersätts förutom med vallen eller grüngödslingen med djurgödsel från den egna eller andra ekologiska gårdar samt annat organiskt material, till exempel biprodukter från livsmedelsindustrin.



Andra viktiga odlingsåtgärder i ekologisk grönsaksodling är mekanisk radrensning och handrensning, särskilt för morötter och andra direktsådda grödor. Många sjukdomar och skadedjur kan förebyggas med varierad växtföljd och friskt utsäde av motståndskraftiga sorter. När förebyggande åtgärder inte räcker till finns det vissa växtskyddsmedel som är godkända för ekologisk odling.

Även ekologiska fruktodlare måste framför allt arbeta förebyggande med skadedjur och sjukdomar. När förebyggande metoder inte räcker finns vissa växtskyddsmedel som är tillåtna i ekologisk odling, till exempel biologiska medel med mikroorganismer och nyttodjur och doftämnen (feromoner) som förvirrar skadeinsekten så att parningen förhindras.

Frukt och grönt



DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

- ◆ Ekologisk och KRAV-märkt frukt och grönt odlas utan naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel och utan konstgödsel.
- ◆ I genomsnitt är det 50% fler arter av växter och pollinerare på eko-gårdar.
- ◆ Det ekologiska lantbruket strävar efter att skapa ett hållbart kretslopp mellan djur och växter.
- ◆ Att produktionen lever upp till ekoreglerna kontrolleras av en oberoende expert.
- ◆ KRAV har regler för socialt ansvar som innebär att arbetsvillkor och mänskliga rättigheter kontrolleras i Sverige och i länder med svag social lagstiftning och kontroll.
- ◆ Svenska odlingar av frukt och grönt följer KRAV:s klimatregler.

Referenser:

- Regler för KRAV-certifierad produktion utgåva 2019-20
- Europaparlamentets och Rådets förordning (EU) 2018/848
- Tuck, S.L. et al. (2014) Land-use intensity and the effects of organic farming on biodiversity: a hierarchical meta-analysis. *Journal of Applied Ecology*, 51(3), 746-755.



UNDVIK ATT SÄGA ...

- ◆ Ekologiska frukter och grönsaker är obesprutade
- ◆ Ekologiska frukter och grönsaker är giftfria

Kommentar:

Bekämpningsmedel och andra miljögifter kan spridas med regn och vind och kan förekomma i små mängder även i ekologiska produkter. Det gäller också kadmium och naturligt förekommande gifter. Även en ekologisk odlare kan bespruta sina grödor med vissa godkända biologiska medel och vissa andra medel som inte är naturfrämmande, men som räknas som kemiska. Därför är dessa påståenden felaktiga och därmed vilseledande.

Kaffe

Kaffe är en av världens mest besprutade grödor. I de konventionella kaffeodlingarna används mycket giftiga bekämpningsmedel som är förbjudna i Sverige, till exempel parakvat. Parakvat är akut giftigt både för djur och människor och bryts ner långsamt i naturen. Skador och till och med dödsfall orsakade av kemiska bekämpningsmedel i jordbruket är ett stort folkhälsoproblem i till exempel Brasilien, som Sverige importerar merparten av vårt kaffe ifrån.

Ekologiskt och KRAV-märkt kaffe är odlat utan naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel. Det innebär minskade hälsorisker för kaffebönderna då de slipper hantera dessa medel. Inte heller konstgödsel får användas i ekologisk odling. Det blir en fördel för klimatet eftersom tillverkningen av konstgödsel orsakar stora utsläpp av växthusgaser vid produktion och användning.

“KRAV har också regler som ställer krav på att kaffeföretagen tar socialt ansvar för arbetarna på odlingarna.”

KRAV har också regler som ställer krav på att kaffeföretagen tar socialt ansvar för arbetarna på odlingarna. Det innebär bland annat att mänskliga rättigheter respekteras, att ingen diskriminering eller barnarbete får förekomma och att arbetarna kan organisera sig fackligt.



FOTO: EGUALE

Kaffe

DET ÄR KORREKT ATT SÄGA ATT ...

- ◆ Ekologiska kaffeodlingar använder varken naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel eller konstgödsel.
- ◆ KRAV ställer krav på socialt ansvar för arbetarna på odlingarna. Det innebär att arbetsvillkor och mänskliga rättigheter kontrolleras.
- ◆ När du väljer ett KRAV-märkt kaffe stöttar du odlingar där företagen tar socialt ansvar för arbetarna
- ◆ Arbetsvillkor och mänskliga rättigheter är kontrollerade där KRAV-märkt kaffe produceras

Referenser:

- Regler för KRAV-certifierad produktion utgåva 2019-20
- Europaparlamentets och Rådets förordning (EU) 2018/848

UNDVIK ATT SÄGA ...

- ◆ Ekologiskt kaffe kommer från gårdar som inte använder kemiska bekämpningsmedel

Kommentar:

Även en ekologisk odlare kan bespruta sina grödor med vissa godkända biologiska medel och vissa andra medel som inte är naturfrämmande, men som räknas som kemiska. Därför är dessa påståenden felaktiga och därmed vilseledande.

Lycka till!

Har du frågor kring innehållet i den här guiden?

Kontakta Organic Sweden
info@organicsweden.se

