

Konference

Sociale drivkræfter og barrierer for klimavenlig kost

3. November 2022, 12.00 – 15.00

DAGENS PROGRAM

- 12.00 - 12.30** Grøn netværksfrokost
- 12.30 - 13.45** Præsentation af forskningsresultater og resultater af forandringsprojektet "Grønne samtalemiddage"
- Bente Halkier, professor, Københavns Universitet
 - Morten Wendler Jørgensen, ph.d. studerende, Københavns Universitet
 - Martha Nørgaard, projektleder, CONCITO
- 13.45 - 14.00** Pause med kaffe og te
- 14.00 - 14.45** PANELDEBAT: Hvordan understøtter vi bedst omstillingen til mere planterige madvaner?
- Camilla Udsen, Projektchef, Fødevarer, Forbrugerrådet Tænk
 - Søren Buhl Steiniche, Enhedschef i EAT, Københavns Kommune
 - Bente Halkier, Professor Københavns Universitet
 - Thomas Roland, CSR- chef COOP Danmark
 - Emil Andersen, Direktør Planteslagterne
- Moderator: Thomas Hebsgaard, Zetland*
- 14.45 - 15.00** Afslutning v. Bente Halkier, KU og Synnøve Kjærland, CONCITO

Sociale drivkræfter og barrierer for klimavenlig kost

Introduktion

På vegne af:

Bente Halkier

Morten Wendler Jørgensen

Thomas Bøker Lund

Michael Minter

Mikael Bellers Madsen

Synnøve Kjærland

Martha Nørgaard

KØBENHAVNS UNIVERSITET



Hvorfor har vi lavet denne undersøgelse?



- Dansk madkultur er relativt kød-tung - danskerne blandt de 10% i verden med højest klimaaftryk fra maden (Klimarådet, 2021)
- I lyset af den globale klimakrise siger forskningen, at der skal større reduktioner af kødforbrug til for at reducere klima-aftryk fra maden (Willett, Rockström et al, 2019)
- Større ændringer af madvaner i retning af mere planterig mad sker ikke af sig selv

Øversigt over projektet

- Projektet er finansieret af Velux Fonden
- Forskning:
 - Repræsentativt survey-studie om danskernes forhold til planterig mad
 - Kvalitativt studie om unge danskeres omlægning til mere planterig eller plantebaseret mad
- Forandringsprojekt:
 - Grønne Samtalemiddage



Sociale drivkræfter og barrierer for klimavenlig kost

Kvantitative resultater

Bente Halkier

KØBENHAVNS UNIVERSITET



Survey med repræsentativt udsnit af den danske befolkning



- 3.000 deltagere over telefon
- Repræsentativt for den danske befolkning
- Data lavet i sommeren 2020
- Spørgsmål om f.eks.:
 - hvordan folk spiser
 - hvordan de placerer sig selv i forhold til at spise planterig mad
 - hvad der forhindrer og støtter omlægning til planterig mad
 - hvor længe en eventuel omlægning til planterig mad har varet

Hvordan ser danskerne sig selv i forhold til at spise planterig mad?

- Alt-spisende: 54%
- Reducerer kød: 42,7%
- Vegetarisk: 2,3%
- Vegansk: 0,8%



- Halkier & Lund (202x). "Exploring everyday life dynamics in food practices and meat consumption – a study of flexitarians in Denmark"

Forskellen på kødforbruget hos alt-spisere og folk der reducerer kød



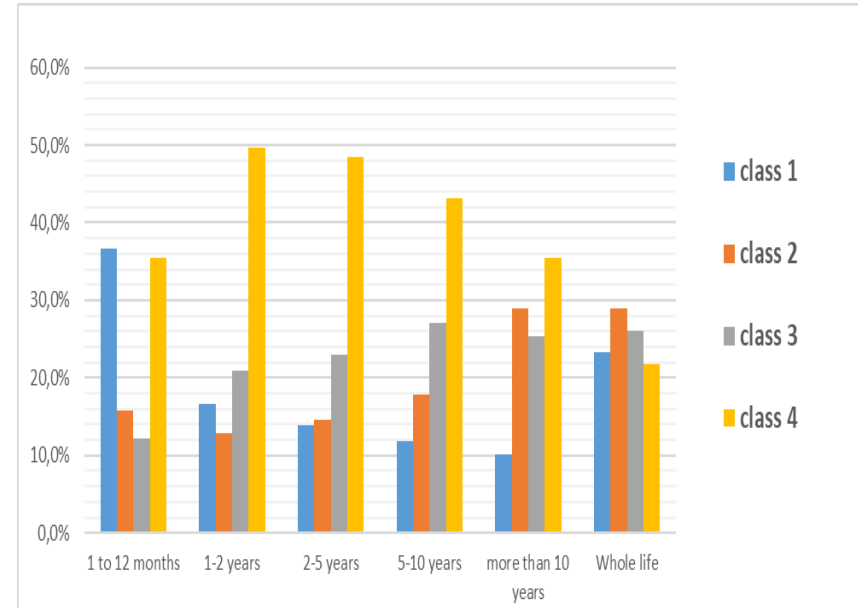
- Forskellen er mindre, end man måske skulle forvente
- Alt-spisere:
 - 80% spiste kød til aften dagen før
 - 35% spiste rødt kød til aften dagen før
- Reducerer kød:
 - 69% spiste kød til aften dagen før
 - 27% spiste rødt kød til aften dagen før
- Halkier & Lund (202x). "Exploring everyday life dynamics in food practices and meat consumption – a study of flexitarians in Denmark"

Danskerne som ser sig selv som nogle der reducerer kødforbruget

- Gruppe 1: 28% af fleksitarerne (12% af befolkning)
 - Mange barrierer i hverdagen
 - Gruppe 2: 17% af fleksitarerne (7% af befolkning)
 - Nærmest ingen barrierer eller støtte i hverdagen
 - Gruppe 3: 17% af fleksitarerne (7% af befolkning)
 - Ingen barrierer, men meget støtte i hverdagen
 - Gruppe 4: 37% af fleksitarerne (16% af befolkning)
 - Meget støtte, men et par specifikke barrierer i hverdagen
- Halkier & Lund (202x). "Exploring everyday life dynamics in food practices and meat consumption – a study of flexitarians in Denmark"

Rutiner er centrale

- Gruppe med mange barrierer er mindre, jo længere tid folk har været i gang med at reducere kødforbrug
- Men der bliver ved med at være barrierer i lang tid – selv om de falder i betydning
- Samtidig stiger andelen af de to grupper som oplever mest støtte, jo længere folk har været i gang med at spise mindre kød
- Halkier & Lund (202x). "Exploring everyday life dynamics in food practices and meat consumption – a study of flexitarians in Denmark"



Sociale relationer er centrale

Do you personally know someone that eats only a small amount of meat or is vegetarian/vegan?

	Meat eater	Meat reducer	Meat refuser
No	37,2%	21,8%	4,3%
Yes, 1-2 persons	33,2%	29,8%	23,7%
Yes, 3-5 persons	17,8%	24,6%	10,8%
Yes, more than 5	11,7%	23,7%	61,3%

	Meat reducer	Meat refuser
A household members wanted to eat less meat	26,7%	23,7%
Meeting new people in the social network	18,1%	25,8%
Change in household composition	10,2%	9,7%
Child moved out (empty nest)	14,8%	5,4%

Implikationer



- Potentiale for omlægning af madvaner blandt danskerne i retning af mere planterig mad
- Men omlægning kommer ikke bare med de sædvanlige individuelle virkemidler (information og pris)
- Hverdagens vaner og sociale relationer er centrale både som barrierer og som drivkræfter
- Tænke virkemidler som støtter normalisering af planterig mad

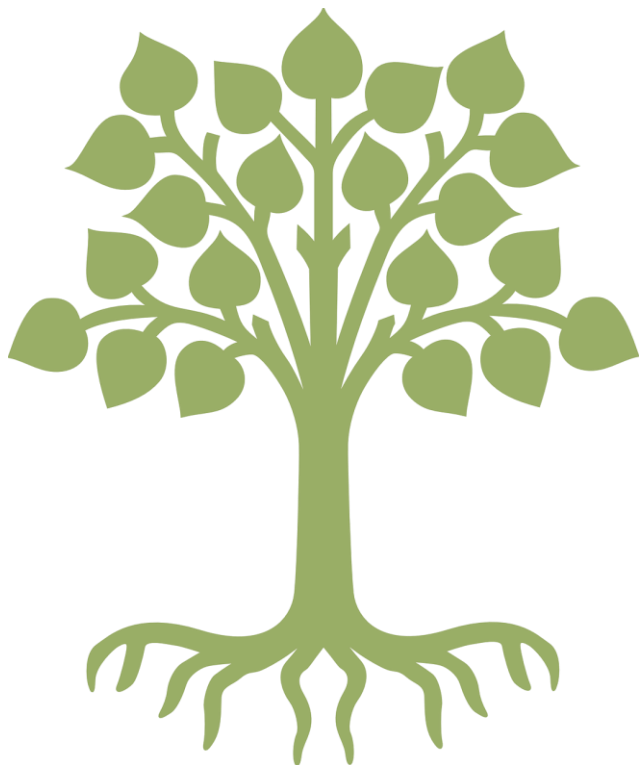
Kvalitative resultater & implikationer

Morten Wendler Jørgensen
Ph.d.-stipendiat
Sociologisk Institut



KØBENHAVNS UNIVERSITET





Indhold

- 1. Tilgangen bag projektet**
- 2. Resultaterne:**
Hvad former, hvor meget kød vi spiser?
- 3. Implikationer:**
Hvordan kan vi skabe en mere klimavenlig madkultur?

Projektets tilgang:

Fokus: Sociale og lavpraktiske sider af madvaner og kødforbrug

- Dvs. IKKE så meget: holdninger, smag, *hvorfor* folk gør det de gør
- Men mere: *hvad* de gør, *hvordan* de gør det, *hvor* de gør det, *hvem* de gør det sammen med
- Aktiviteter: Indkøb, madlavning og måltider



Datagrundlag #1: Interviews



Datagrundlag #2: Fotodagbøger



Datagrundlag #3: Netværks-fokusgrupper



Resultater



“Dietary transition requires work:

Exploring the practice-transition processes of young Danish meat reducers”

SPM: Hvad indebærer omlægning af mad mod mindre/intet kød for den, der omlægger?

→ **Omlægning af madvaner kræver arbejde af omlæggeren i form af:**

1. Udvikling af nye indkøbs- og madlavningsrutiner (fx udskiftning af go-to retter)
2. Genforhandling af social koordinering af madaktiviteter med familie og venner



Johanna, der er veganer i København, men “kun” vegetar hjemme i Jylland:

- *”Jeg vil sige, i min studiegruppe tirsdage og fredage, hvor vi er så mange vegetarer og veganere på det studie der. [...] Vi plejer at finde noget vegetarisk eller vegansk mad sammen bagefter. Så det er jo ikke fordi det er besværligt at mødes med de mennesker jeg kender nu. Det er det i Jylland. Der er det jo bare sådan ”okay, vi skal finde et sted, der både har kødretter og noget til mig”. Hvor de venner jeg har herovre, de er meget ligesom mig. De få kødspisere der er, de er sådan ”nå, så tager jeg bare noget vegetarisk. Det er lige meget, det gør vi da bare”.”*
- *”Jeg har faktisk en aftale med mine forældre, når jeg tager til Jylland. [...] Så hvis de laver en karrysøvs til noget ris, som der er fløde i, så tager jeg den. Men så venter de med at hælde kødet i, og så tager jeg noget fra og laver mit eget kød, som ikke er kød. Så jeg går lidt på kompromis i Jylland. Også med venner der, fordi de kender det jo slet ikke ovre i Jylland, det med at være veganer.”*

→ Omlægning af madvaner kræver **socialt koordinationsarbejde**:

- 1. Tilpasning** af madvaner, for at muliggøre koordination med andre
- 2. Forhandling** af måder at koordinere madaktiviteter
- 3. Proaktion** – tage tøjlerne i koordinationen, for at undgå konflikt og ærgerlige situationer

“The Social Challenges of Not Eating Meat:

How Social Interactions Shape The Role of Meat in Everyday Food Practices”

SPM: Hvordan bliver kødets rolle i hverdagens madpraksisser påvirket af sociale interaktioner mellem madpraktikere*?

Vores sociale interaktioner med andre kan både forhindre og understøtte en mere planterig kost, fordi de former:

1. Vores forståelse af kødets rolle i maden, både gennem anbefalinger af nye retter/ingredienser og udfordringer af tidligere forståelser
2. Vores opfattelser af hvordan man bør behandle ikke-kødspisere ved sociale sammenkomster

→ Jo mere centralt kødet ses som i omgangskredsen, og jo mindre vores omgangskreds imødekommer fravalget af kød, des mere socialt udfordrende bliver det at skære ned på kødet.



Fra fokusgruppeøvelse: ”Hvad bør man gøre, hvis man er vært til jul, og nogle af gæsterne ikke spiser kød?”

MOD: *Du ser tænkssom ud, Ingrid?*

Ingrid: *Det er fordi, jeg sådan ikke helt ved, hvor jeg står, fordi altså, hvis det var os, der holdt jul derhjemme, så havde vi bare lavet til alle, altså, så der var det ene og det andet, ikke. Men sådan, hvis man tænker over julemaden, okay, kødet, det er flæskesteg og and... hvor meget mere er det, der er kød?*

Josefine: *Altså du er mest på den der med bare at servere den sædvanlige julemad?*

Ingrid: *Nejnej, nejnej... eller jo. Det ved jeg ikke. Fordi der er jo stadig ting, der ikke er kød*

MOD: *Brune kartofler og hvide kartofler?*

Ingrid: *Og rødkål [...] Altså vi kunne måske godt finde på også at lave salat, fordi vi ved, at folk godt kan lide det, ikke. [...] Så er der både den ene og den anden type mennesker, der spiser det ene eller det andet, og inviterer man dem, så kan man godt lave noget, så alle kan spise det.*

MOD: *Men der skal ikke være noget særligt til vegetarerne?*

Ingrid: *Altså. ... En salat kunne der jo godt være sådan, hvor der ikke er kød i. Men sådan, det er jo også salater, de spiser normalt, tænker jeg.*

Josefine: *Jeg spiser altså ikke så meget salat*

Implikationer:

1. Det er ikke i sig selv mere besværligt at spise mindre/intet kød: men omlægningen kræver arbejde
2. Mængden af arbejde det kræver at omlægge til en plantebaseret/mere planterig kost afhænger af a) afstanden mellem nuværende rutiner og madkompetencer og dem, der kræves af den nye praksis og b) normaliteten af planterig/plantebaseret mad i ens sociale netværk
3. Hvis vi vil nedbringe danskernes kødforbrug, bør interventioner og politik ikke kun fokusere på at sprede information, men på at **normalisere** planterig og plantebaseret mad ved at:
 - Spredte relevante kompetencer (både til professionelle, skolebørn, 'menige' voksne osv.)
 - Give flest muligt mennesker en større kontaktflade og personlig erfaring med planterig og plantebaseret mad
 - Institutionelt understøtte at omlægning af madvaner ikke bliver socialt besværligt
4. Samtidig bør kødtung mad **afnormaliseres** i samme forstand (minimere spredning af kompetencer, mindre kontaktflade fx i offentlige institutioner).

Konference

***Sociale drivkræfter
og barrierer for
klimavenlig kost***

3. November 2022, 12.00 – 15.00

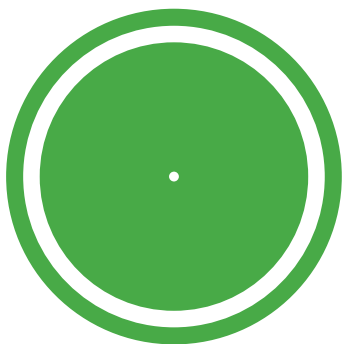
Grønne samtalemiddage

Martha Nørgaard
Projektleder, CONCITO



CONCITO

DANMARKS GRØNNE TÆNKETANK



Hvad er en grøn samtalemiddag?

Grønne samtalemiddage kan ses som en slags socialt laboratorium for at ændre madvaner i en mere klimavenlig retning.

Samtalemiddagen generelt er et gennemprøvet koncept, hvor folk med forskellig baggrund og forskellig viden om et givent emne mødes og udveksler erfaringer og synspunkter om dette.

Ved disse særlige middage var deltagerne engageret i en direkte udveksling af egne erfaringer med og holdninger til mad og videre i en diskussion om mulighederne for væneændringer, når det gælder kost.

CONCITO bidrog som facilitator og vidensaktør med relevant viden om fødevarers klimaaftryk.



• Hvad er en grøn samtalemiddag? •



Eksempel på en “samtalemenu”

Samtalemenu

DEL I

Hvordan vil du beskrive dine madvaner?

Hvad lægger du vægt på, når du køber ind?

Hvad kunne få dig til at spise mere klimavenligt?

Laver du helst mad, du kender i forvejen, eller prøver du tit nye retter?

Er der forskel på den mad, du laver til andre, og den mad, du laver til dig selv?

Er klimavenlig mad noget, du normalt taler om med andre? Med dine venner?
Familien?

5

DEL II

Fortæl om en oplevelse, du har haft, der gjorde dig bevidst om en af dine madvaner?

Hvad motiverer dig til at ændre madvaner eller prøve noget nyt?

Hvad forhindrer dig i at ændre madvaner?

Hvilken af dine madvaner ville skabe de største forandringer, hvis du ændrede den?
- for dig selv? - for dine nærmeste?

5

Hvordan vil du beskrive dine madvaner?

Hvad lægger du vægt på, når du køber ind?

Hvad kunne få dig til at spise mere klimavenligt?

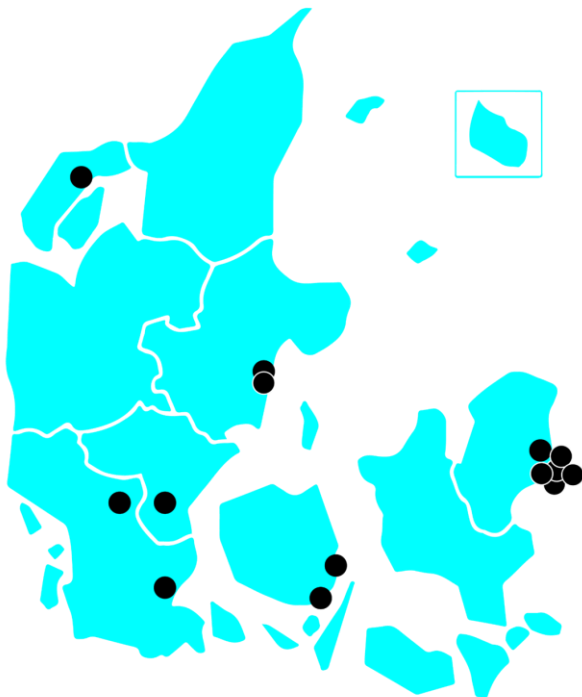
Laver du helst mad, du kender i forvejen, eller prøver du tit nye retter?

Er der forskel på den mad, du laver til andre, og den mad, du laver til dig selv?

Er klimavenlig mad noget, du normalt taler om med andre? Med dine venner? Familien?



Hvor & hvornår



By	Med	Hvornår
Lyngby	William Demant Kollegiet (Pilot dinner)	2019
København	Egmont Kollegie	2019
København	Suhrs Højskole	2020
København	HF Imagine	2021
København	Kvinderegensen	2021
Kolding	Foodreformers	2021
Thisted	URT	2021
Aarhus	Børglum Kollegiet	2022
Aarhus	Klimaambassadører	2022
København	Klimaambassadører	2022
Aabenraa	CampusRådet	2022
Vejle	Vejle Business College	2022
Svendborg	Søfartsskolen	2022
Vejstrup	Oure Højskole	2022
København	Rigshospitalets Kollegium	2022

Deltagere i alt: 350+

Gazzværket Aabenraa



"Flere påpegede, at de aldrig havde spist vegetarisk før."

"Nogle påpegede, at det var rart at have et sted, hvor fokus var på samtalen og muligheden for at tale om klima og mad - emner, der ofte ikke bliver talt om."

"For nogle var det en udfordring at lave og spise mere klimavenligt, når man ikke kender opskrifterne."

21/4 2022
Deltagere: 20 unge

Søfartsskolen



"En gruppe på 12 personer blev længe efter middagen for at diskutere barrierer for klimavenlig mad."

"En køkkenmedarbejder havde aldrig lavet et vegetarisk måltid før den chili sin carne, som hun lavede til samtalemiddagen."

"Køkkenpersonalet sagde, at den mad, de lavede, var det, de troede, at eleverne ville have, men eleverne sagde, at de gentagne gange bad om mere vegetarisk mad."

"Køkkenpersonalet var glade og begejstrede for, at måltidet havde været så billigt, da en stor del af deres budget er afsat til kød."

21/4 2022
Deltagere: 20 unge

Oure Højskole



Maden var fantastisk, og Jonathan (køkkenchef) forklarede, hvor grøntsagerne kom fra. Flere elever nævnte, at de syntes, det var godt, at han talte om kødbollernes CO₂-fodaftryk, hvor grøntsagerne kom fra osv.”

"Flere elever havde svære faglige spørgsmål, som vi ikke kendte svarene på f.eks. klimaaftrykket fra en drivhus vs. en frilandstomat. Det blev til en samtale om de mange dilemmaer, der er, når vi handler. Både i forhold til emballage, friland, lokalt, kød vs. grønt osv."

20/4 2022
Deltagere: 100 studerende

Opskriftsamling

Som en del af projektet er der blevet udarbejdet en plantebaseret opskriftssamling for at fremme gode madoplevelser og samtaler om madvaner.

Opskriftssamlingen består af bidrag fra forskellige dygtige madaktører, der brænder for god smag, klimabevidsthed, madæstetik og sociale medier.

Bidrag fra:

- Eva Hurtigkarl
- Planetarisk Kogebog
- Suhrs Højskole
- Rasmus Bredahl
- Baka d'busk
- Meyers
- Planterødderne
- Johan Borups Højskole
- Celina Gram
- Michael Minter
- Gitte Mary



Sesamnudler med grønkål og svampe



Sesamnudler med grønkål og svampe

AF EVA HURTIGKARL
@EVAHURTIGKARL

Eva er køkkenchef på Gænnis hovedkontor i hjertet af København, hvor hun dagligt serverer virksomhedens medarbejdere en sanselig madoplevelse. Her er råvarer som lilla gulrødder, krollede små agurker og figner fra haven anrettet på farverige fade og tallerkener. Evas mad er balsm for både sjæl og mave – og en fryd for øjet.

2 PERSONER

200 g brede brune risnudler (andre nudler kan også bruges)

2 spsk lys tahin

2 spsk sesamolie

4 spsk soya

1 citron (saften heraf)

150 g portobellosvampe

100 g grønkål

3 spsk sesamfrø

2 spsk neutral olie

Salt

Kog nudlerne efter pakkens anvisning, og skyl dem i koldt vand. Dren, og vend dem med sesamolien.

Rør tahin, soya og citron til en dressing, og vend i nudlerne.

Skær svampene i skiver, og steg i olien ved mellemhøj varme, til de er gyldne.

Fjern stilkene fra grønkålen, og riv kålen i mindre stykker. Skyl, og slyng vandet fra. Steg grønkålen i olie ved mellemhøj varme, til den har god med farve.

Kom salt på grønkål og svampe, og anret oven på nudlerne.

Drys med ristet sesamfrø og servér.

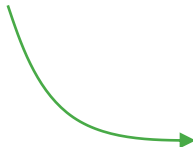


TID
20-25 MIN.

KLIMAPÅVIRKNING
0.4 KG CO₂e PR. PERSON



Røget bønne-ragú med rigatoni og revede mandler



Røget bønne-ragú med rigatoni og revede mandler

AF PLANETARISK KOGEBOG
@PLANETARISK • WWW.PLANETARISKKOGEBOG.DK

Med madkærlighed og klimavenlighed er Planetarisk Kogebog et univers af velsmagende måltider. Opskrifterne er fra alverdens kokkener og ledsaget af dragende billeder, der får tænderne til at løbe i vand. Derudover kan du altid finde information om rettes klimaaftryk. Tilgangen er på ingen måder dogmatisk, men nysgerrig og udforsker alle veje til en mere klimavenlig kost. Find nysgerrigheden frem, og lav denne lækre ragú til dine venner eller familie.

4 PERSONER

- 1 guleros
- 1 porre
- 1 peberfrugt
- 100 g champignon
- 1/2 fennikel
- 1 chili
- 4 hvidløgsfed
- 10 timiankviste
- 100 g kidneybønner
- 2 spsk tomatpure
- 1 tsk røget paprika
- 200 g flåede tomater
- 5 g soltørrede tomater
- 1 dl hvidvin
- 20 g mandler
- 200 g pasta

Hvis der bruges tørrede bønner, skal de udblødes i rigeligt koldt vand natten over. Kog bønnerne i nyrt vand i 1 time. Når bønnerne er kogt færdig, skal de være helt møre. Lad bønnerne hvile i kogevandet, indtil de skal bruges.

Kasser kemehuset på peberfrugten, og hak peberfrugten groft, sammen med soltørrede tomater og resten af grøntsagerne.

Forvarm ovnen ved 250 °C. Varm en ildfast gryde med tilhørende låg op ved middel varme. Steg grøntsagerne i olien under omrøring, indtil de bliver gyldne – ca. 10 min. Tilsæt paprikaen og tomatpuren og steg yderligere 1 min. under omrøring.

Kom bønnerne i gryden sammen med flåede tomater og hvidvin. Få retten op at simre, og pluk bladene fra stilkene af timianen ned i gryden. Kom låg på gryden, og bag i ca. 40 min., indtil ragùen begynder at karamellisere op ad kanten på gryden. Smages til med salt og peber.

Kog pastaen som angivet på pakken.

Fortdel pastaen i skåle, hæld ragùen hen over, og top med revede mandler.

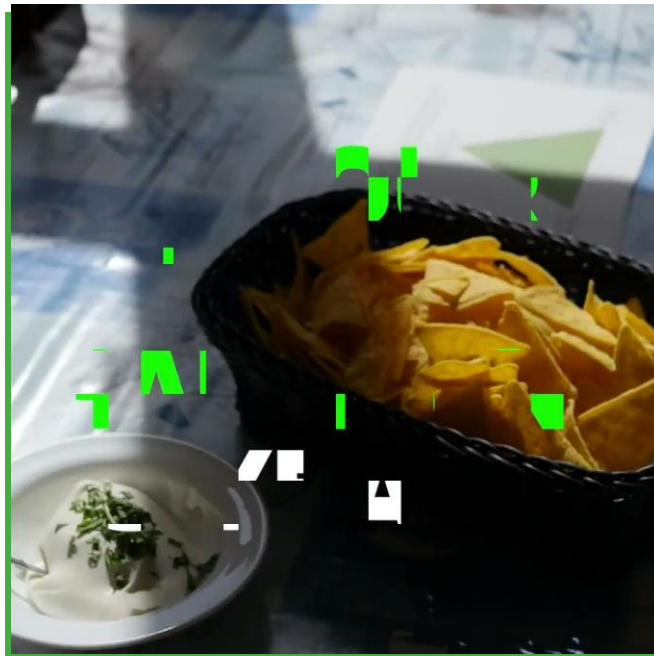


TID
60 MIN.

KLIMAPÅVIRKNING
0.42 KG CO2e PR. PERSON



• Dine madvaner om 5 år? •



PANEL DEBAT

Hvordan understøtter vi bedst omstillingen til mere planterige madvaner?

- Camilla Udsen, projektchef for fødevarer, Forbrugerrådet Tænk
- Søren Buhl Steiniche, Enhedschef i EAT, Københavns Kommune
- Bente Halkier, Professor Københavns Universitet
- Thomas Roland, CSR- chef COOP Danmark
- Emil Andersen, Direktør Planteslagterne

Moderator: Thomas Hebsgaard, Zetland

AFSLUTNING

Bente Halkier, KU og Synnøve Kjærland, CONCITO

Følg med i projektet og læs mere på
concito.dk/projekter/sociale-drivkraefter-barrierer-klimavenlig-kost

