

## Lärrarhandledning "Bäst före"

- En lektion i klimatsmart livsmedelskonsumtion

### Material

- Filmen "Bäst före"
- Kortlek med diskussionskort
- Lärrarhandledning "Bäst före"

### Förslag på upplägg av en lektion

1. Inled lektionen med att titta på filmen "Bäst före".
2. Dela in gruppen i ett antal mindre grupper, varje gruppering får en bunt kort att diskutera utifrån. Framsidan på korten visar olika livsmedel. Välj kort med livsmedel som blivit lite gamla och skrupna, passerat bäst före-datum eller sista förbrukningsdag. Fundera vad man skulle kunna göra med maten.
3. Samla hela klassen och gå igenom vad ni kommit fram till.

### Information om livsmedels hållbarhet till dig som lärare

Tanken med korten är att eleverna ska tänka till och bli mer medvetna om olika livsmedels hållbarhet, vad bäst före-datum och sista förbrukningsdatum innebär samt vad vi kan göra för att minska mängden mat som vi slänger. Nedanstående information är bra för dig som lärare att känna till för att kunna besvara elevernas frågor och funderingar kring livsmedels hållbarhet.

#### Maten som blivit gammal

En fjärdedel av den mat vi köper hem slängs i soporna. Samtidigt går 1 miljard människor hungriga på vår jord. Mycket av den mat som slängs är dessutom fullt ätbar. Förutom att kastandet är ett slöseri med våra resurser skapar det också förödande konsekvenser för vår miljö. Än har vi ett stort arbete framför oss, men tillsammans kan vi göra underverk.

- Vi kan förvara maten på rätt sätt, i kylskåp vid +4 grader och i frys vid minst -18 grader.
- Vi kan planera veckans mat så vi inte köper för mycket.
- Vi kan ta till vara på matrester i matlådor eller laga nya maträtter av resterna.
- Vi kan lita på våra sinnen. Genom att titta, känna och lukta märker vi om mat som passerat *bäst före-datum* går att äta. *Sista förbrukningsdag* ska vi däremot följa, då denna märkning står på känsliga livsmedel.