

LÄRARGUIDE OCH WORKSHOPMATERIAL

Till dokumentärfilmen FOOD FOR OTHERS

Dokumentärfilmen finns här <https://youtu.be/vvviVsBaeuQ>

Ansvariga för filmen och för den här lärarguiden:

LIVING FOR OTHERS IYC SWEDEN www.livingforothers.se

Filmen är ett solidaritetsprojekt finansierad av den Europeiska solidaritetskåren

https://youth.europa.eu/solidarity/young-people/solidarity-projects_sv

Stockholm, december 2025

1. Introduktion för lärare

Denna lärarguide har utvecklats som ett pedagogiskt komplement till dokumentärfilmen 'Food for Others'. Filmen och det tillhörande projektet syftar till att belysa sambandet mellan matsvinn, social utsatthet och civilt engagemang i Sverige. Materialet är särskilt utformat för att stödja lärare i att genomföra reflekterande och kunskapsbaserade klassrumsdiskussioner.

Lärarguiden är framtagen för att användas tillsammans med dokumentärfilmen. Guidens syfte är att hjälpa lärare att organisera en workshop där eleverna får reflektera över matsvinn, social utsatthet och ideellt engagemang. Guiden är utformad i linje med värderingarna inom European Solidarity Corps, inklusive solidaritet, aktivt medborgarskap och social inkludering.

Filmen följer volontärer som hämtar matsvinn från livsmedelsbutiker i Stockholm och delar ut det till utsatta familjer och hemlösa i Stockholmsområdet. Genom detta arbete minskar matsvinnet samtidigt som människor i behov får stöd.

I Sverige representerar matsvinn inte enbart ett miljöproblem utan även ett resurs- och rättviseproblem. Butiker slänger ofta mat som fortfarande är ätbar, vilket skapar möjligheter för omfördelning genom volontärinsatser.

Målet med workshopen är att eleverna ska:

- utveckla kunskap om samhällsproblem
- reflektera över solidaritet och ansvar
- diskutera möjliga lösningar
- känna att de själva kan bidra till positiv förändring

2. Lärandemål

Efter workshopen ska eleverna kunna:

- beskriva vad matsvinn är och varför det är ett problem
- ge exempel på social utsatthet i Sverige
- förklara vad volontärarbete innebär
- diskutera vad individer och samhälle kan göra

3. Workshopupplägg

Tidsåtgång: ca 60–90 minuter

Steg 1: Visa filmen 10 minuter)

Steg 2: Kort diskussion i helklass (10 min)

Steg 3: Gruppdiskussioner (30–40 min)

Steg 4: Presentationer (15–20 min)

Steg 5: Avslutande reflektion (10 min)

4. Tema 1: Matsvinn

Fakta:

- Stora mängder mat slängs varje dag, även från butiker.
- I filmen visas hur volontärer hämtar denna mat och delar ut den.
- Detta minskar miljöpåverkan och hjälper människor.

Dessa siffror visar på den enorma potential som finns i att "rädda" mat, precis som man gör i *Food for others*:

- Total mängd: Under 2024 uppkom cirka 880 000 ton fast livsmedelsavfall i Sverige i butiks- och konsumentledet.
- Per person: Det motsvarar i genomsnitt 84 kg livsmedelsavfall per person och år
- Hushållen: Står för den största delen, cirka 72 % av avfallet i dessa led. Varje person slänger ungefär 16 kg ätbar mat (matsvinn) i soptunnan och häller ut ytterligare 18 kg mat och dryck i avloppet varje år.
- Livsmedelsbutiker: Matavfall från detaljhandeln uppgår till cirka 100 000 ton per år (siffror från 2020) och bedöms nästan uteslutande bestå av mat som hade kunnat säljas, det vill säga rent matsvinn.
- Miljöpåverkan: Matsvinn står för mellan 8–10 % av världens totala utsläpp av växthusgaser.

Diskussionsfrågor:

- Varför slängs det så mycket mat?
- Vilka strukturella faktorer bidrar till matsvinn?
- Hur relaterar projektet till hållbar utveckling?
- Vad tycker ni om projektets lösning?
- Vad kan elever göra för att minska matsvinn?

5. Tema 2: Social utsatthet

Fakta:

- Vissa familjer har svårt att ha råd med mat.
- Projektet hjälper dessa familjer.

Statistiken visar behovet av insatser som *Food for others* för att stötta familjer i ekonomisk kris.

- Barn i fattigdom: Enligt Rädda Barnens rapport från november 2025 lever 1 av 8 barn i Sverige (ca 276 000 barn) i ekonomisk utsatthet.
- Låg inkomststandard: SCB rapporterar att cirka 145 000 barn lever i hushåll med låg inkomststandard, vilket innebär att pengarna inte räcker till nödvändiga levnadskostnader.
- Särskilt utsatta grupper: Barn som bor med en ensamstående förälder eller har utländsk bakgrund är överrepresenterade. Över hälften (54 %) av barn födda utomlands lever med låg ekonomisk standard (data från 2019/2021).

Diskussionsfrågor:

- Hur påverkar detta barn?
- Varför ser barnfattigdomen så olika ut i olika delar av Sverige?
- Hur kan samhället hjälpa till mer?

6. Tema 3: Volontärarbete

Fakta:

- Volontärer arbetar utan lön för att hjälpa andra.
- Projektet bygger på volontärer.

Här finns argument för varför projekt som ert är viktiga för demokratin och samhällsekonomin.

- Ekonomiskt värde: Värdet av det ideella arbetet i Sverige uppskattas till över 130 miljarder kronor årligen, vilket motsvarar mer än 3 % av BNP.
- Volontärsamordning: Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (MUCF) fördelade under 2024–2025 cirka 19 miljoner kronor för att stärka volontärarbetet i Sverige, bland annat via Volontärbyrån och Rädda Barnen.
- Hinder för unga: MUCF lyfter fram att ekonomi kan vara ett hinder för ungas fritid och engagemang, vilket gör kostnadsfria projekt och solidaritetshandlingar extra viktiga.
- Demokratisk grund: Ett starkt och självständigt civilsamhälle ses som en grundbult för demokratin i Sverige.

Diskussionsfrågor:

- Varför engagerar sig människor?
- Vilken roll spelar civilsamhället?
- Vad kan elever göra i framtiden?

7. Elevblad

Namn: _____

Klass/skola: _____

Vad lärde du dig?

Vad berörde dig mest?

Vad kan du göra själv?

8. Avslutning

Avsluta med att diskutera hur elever tillsammans kan bidra till ett mer hållbart och solidariskt samhälle.

Tack så mycket för att har använt vår guide! Om ni vill kan ni gärna skicka feedback till info@livingforothers.se . Vi kommer att uppskatta det!