

3
2012

NaturVest

Medlemsblad for Naturvernforbundet Hordaland og Møre og Romsdal

Tema:

Mat og klima

Kortreist alene er ikke nok, s. 4-6

Soppsesongen er her, s. 9-11





Øystein Solevåg

Leder, Naturvernforbundet i Møre og Romsdal

Biff, bil og bolig

Dersom vi skal forenkle miljøutfordringane mykje, så kan vi seie at dei tre viktigaste utfordringane er menneskeskapte klimaendringar, rasering av naturmangfaldet og spreinga av miljøgifter. På same måte kan vi seie at dei tre viktigaste områda for å løyse desse utfordringane er knytt til biff, bil og bolig.

Vi har alle eit ansvar for at maten vi kjøper, dyrkar, skyt eller sankar er best mogleg for miljøet. Nokre gode råd som ikkje er dyre, er at vi i størst mogleg grad velger økologisk mat, at vi lærer oss å lage restemat for å kaste mindre, og at vi reduserer kjøttforbruket vårt. I Ålesund er det nyleg etablert ein butikk som fungerer som eit innkjøpsfellesskap for oss som ønskjer å bruke økologiske varer, andre stader finst det bestillingsløyser for økologisk mat. Mange lokallag av Naturvernforbund har arrangert kurs i økologisk kokkekunst, dette var også eit tilbod på Miljøfestivalen Norges Naturvernforbund arrangerte no i sommar. Det er ei utfordring at vi aldri har vore rike, aldri har brukt mindre av vår disponible inntekt på mat, samstundes som det ser ut til at matbutikkane våre først og fremst konkurrerer om å kutte smak, pris og miljø. Vi fortener betre!

Samstundes er det viktig for oss som naturvernarar at ikkje arbeidet med mat og miljø blir redusert til utelukkande eit personleg

spørsmål, eit spørsmål om korleis du og eg organiserer livet vårt. Den globale matindustrien er stor, har stor makt over kvardagen vår og er i alt for liten grad omfatta av miljøreguleringar. Som naturvernarar må vi arbeide for å skape rammevilkår som gjer det billigare og enklare å velje dei løysingane som er best for miljøet, av og til skal vi også arbeide for å forby dei løysingane som er dårlege for miljøet.

Det er difor viktig at vi også arbeider med mat og miljø som samfunnsborgarar. Her finst det mange gode tiltak. Det å arbeide for å få verksemdar, kommunestyre og fylkesting til å vedta at dei skal kjøpe inn økologisk mat vil ha stor effekt; det same vil det å arbeide for at butikkar og hotell blir svanemerka, for då må dei tilby økologiske varer.

I september arrangerer Nettverk for mat og miljø, der Naturvernforbundet er med, ei veke med ulike arrangement om GMO-fri mat. Matvareindustrien meiner genmodifisering vil kunne gi sunnare, billigare mat. Vi er vande med at kjemiindustrien lanserer nye flotte produkt som skal gjere livet vårt enklare, men som endar opp med å gjere livet vårt kortare. Vi skal ta med oss denne skepsisen i møtet med dei som meiner genmodifisering er løysinga. Røynslene så langt har vist at det er skepsis som er sunt, ikkje genmodifisering.

NaturVest

er medlemsbladet til Naturvernforbundet på Vestlandet. Naturvernforbundet Hordaland er ansvarlig utgiver for fire nummer i året, to av disse går også ut til Møre og Romsdal.

Naturvernforbundet fremmer kunnskap og løysningar som ivaretar naturen og skaper et energieffektivt samfunn i økologisk balanse. Vi er 20 000 medlemmer i 100 lokallag med fylkeslag i alle fylker og hovedkontor i Oslo. Vi er en del av den verdensomspennende miljøvernorganisasjonen Friends of the Earth.

Daglig leder

Nils Tore Skogland

Redaktør

Øyvind Strømmen

Bidragstere

Øystein Solevåg, Svanhild Utne, Kerry Agustsson, Eirik Hordnes, Line Kydland, Lina Nathalie Jurs, Anne Kristine Søvik, Klaus Hjermann og Miljøagentene

Annonseansvarlig

Sverre A. Stakkestad
Tlf. : 55 10 10 97

Layout

Tommy Lokøy

Trykk

A2G Grafisk AS

Opplag

2780

Forsideillustrasjon

«Mat og klima»
illustrasjon av Svanhild Utne

NaturVest
Pb. 1201, sentrum
5811 Bergen

Tlf. 55 30 06 60
naturvest@naturvernforbundet.no
www.naturvernforbundet.no/hordaland

NaturVest er merket med det offisielle nordiske miljømerket Svanen. Designtrykkeriet, som trykker dette bladet, er godkjent som svanemerket bedrift. Det betyr at bladet oppfyller definerte miljøkrav til papir, trykkfarge og trykkeprosessen som helhet.

Se også <http://www.ecolabel.no>



Innhold

Leder: Biff, bil og bolig	2
Tilbakeblikk	3
Å spise lokalt...	4-5
Bokanmeldelse: Historien om å spise dyr	6
Tid for sopp	8-11
Med elsykkel på jobben	12-13
Jobb på en økogård	14
Miljøagentane	16-17
Kalender	20

I dette nummeret er temaet mat og klima. «Kort-reist mat» har blitt fremhevet som den «nye økologiske maten». Den har mange fordeler, men miljøregnskapet trenger ikke være en av dem, se s. 4-5.



Kan elektrisk sykkel være noe for deg? Se s. 12-13



Naturvest gir deg råd og vink på soppturen, s. 9-11



Tilbakeblikk

Denne gongen tek me ein tur vekk frå NaturVest sine spalter i tilbakeblikket. Istadenfor skal me sjå til avisa Aftenposten frå fyrst i juni 1987. Då gjekk nemleg Naturvernforbundet sin nyvalde leiar Erik Solheim (som ikkje må forvekslast med SV-politikaren) ut i media i samband med landsmøtet i Lofthus. Han kritiserte vekst i ureininga frå landbruket og peikte på «stor avhengighet av sprøytemidler, kunstgjødsel og maskinelt utstyr», med «utarming av jorden og uforholdsmessig stort energiforbruk» som resultat. Difor måtte kursen leggjast om, sa Solheim.

Kursendringa er stadig naudsynt. Men det er grunn til å framheva også ei anna sak som var framme på landsmøtet: tronga for ei reinsing av Sørfjorden i Hardanger. Der har mykje vorte betre.

Bildetekst: Faksimile frå Aftenposten, 1. juni 1987



Å spise lokalt...

er bra av mange årsaker, men er det bra for miljøet?

Øyvind Strømmen

Midt på 2000-tallet entret et nytt ord det amerikanske språket. Ordet er «locavore», som kan oversettes med «en som spiser lokalmat». Ordets røtter er å finne i San Francisco, der det først ble benyttet i forbindelse med Verdens Miljødag i 2005. Det varierer hva som presis menes med det, men den grunnleggende idéen er å spise mat som er produsert i nærheten av der du bor, f.eks. innen en radius på 15-20 mil.

Også på norsk har et begrep som omhandler mye av det samme dukket opp. Det er begrepet «kortreist mat». Tidlig på 2000-tallet dukket det bare opp noen få ganger i norske media, men i løpet av de siste årene har det – om man tar utgangspunkt i tall fra avisdatabasen Atekst/Retriever – blitt stadig mer populært. I 2007 ble begrepet nevnt 217 ganger i norske medier. I 2011 steg tallet til 651. Så langt i år har det vært benyttet hele 492 ganger. I et intervju med forskning.no fra mars ifjor sier Yuku Onozaka – førsteamanuensis ved Universitetet i Stavanger – at lokalproduserte varer rett og slett er i ferd med å ta over som «det nye økologiske». Det reiser viktige problemstillinger, siden «kortreist» slett ikke trenger å være grønt.

Fordeler

La oss først se på de åpenbare fordelene ved å spise kortreist mat, og de er mange, også når det gjelder mat som ikke er klimavennlig. Det kan være en styrke for lokal og regional økonomi, for det lokale landbruket og for ivaretagelse av kulturlandskap. Slik sett bidrar økt omsetning av lokalprodusert mat også til økt matvaresikkerhet, og til bygdearbeidsplasser – noe som kan trengs.

Maten er som regel betydelig ferskere, og ferskere mat er mat som gjerne smaker bedre. De som måtte tvile kan sammenligne blåplommene spist rett etter de ble plukket fra bestemors tre i hagen med spanske

plommer kjøpt på Rema. Det er simpelthen ikke det samme.

Dersom du velger lokalmat foran import må du også forholde deg til sesonger på en helt annen måte, ikke minst i et kaldt land som Norge; ja, her må du til og med hente frem gamle kunnskaper for å lagre sommerens og høstens avlinger til en vinter der det eneste som vokser ser ut til å være gavehaugene under juletreet (det er egentlig en myte det også, det finnes grønnsaker som kan dyrkes i Norge, uten særlige problemer, til langt ut på høsten). Men er det artig å forholde seg til sesonger? Det gir ihvertfall større variasjon i matveien, og gir deg kanskje litt mer kontakt med naturen. Epler blir et sesongprodukt fra Hardanger, ikke et lettvin importprodukt fra Chile eller New-Zealand.

Variasjon er nettopp en av de store fordelene ved lokalmaten. En grunn er at lokale småprodusenter sørger for å holde i hevd lokale og regionale tradisjoner. En annen – vel så viktig – er at småprodusenter gjerne tør å lage nye produkter i mindre kvanta, så lenge de vet at de får solgt dem. De siste årene har nye produsenter utfordret det flatede norske dagligvaremarkedet på flere områder. Visste du at du kan skaffe deg en baskisk-preget tapasost delvis laget med sauemelk, og det fra Samnanger? Var du klar over at Norsk Økois i Kvinnherad lager iskrem med mange spennende smaker, som «kan ymsa litt etter kva råvarer me får tak i»? Smaksløkene har iallfall grunn til å glede seg over lokalmatbølgen.

Miljøvennlig?

Men hva med miljøet? Den åpenbare miljøfordelen med kortreist mat er at den innebærer lave utslipp når det gjelder transport. Men transport er bare en del av regnestykket. Utslipp fra selve produksjonen er ofte langt større; og kan faktisk gjøre at langreiste varer kommer bedre ut i et klimaregnskap enn det kortreist mat gjør. Det



Illustrasjonsbilde:
Svanhild Utne



kan låte utrolig, men lammekjøtt fra Namibia kan i et klimaperspektiv komme betydelig bedre ut enn norsk lam, blant annet på grunn av at norske bønder i stor grad har gjort seg avhengige av kunstgjødsel, som påpekt av Kaare M. Bilden i boken «Mat er makt – myter og muligheter i matens storpolitikk».

Det dette viser er ikke at kortreist mat ikke er miljøvennlig, men at den ikke nødvendigvis er det. Det holder ikke at noe er produsert innen en omkrets på noen kilometer, dersom produksjonen er basert på tung bruk av kunstgjødsel, på importert kraftfôr eller på energikrevende oppvarming. Dermed blir det en utfordring for en etisk be-

visst forbruker å velge. Det kan også være langt mer miljøvennlig å legge om kostholdet i vegetariansk retning – å spise mindre kjøtt – enn det er å tråle butikkhyllene på jakt etter bare norske varer, eller lete etter produkter som er produsert innenfor et visst antall mil.

Men mon tro om ikke Ole Brumm har et poeng. Da han fikk spørsmål fra Sprett om han ønsket honning eller melk til brødet svarte han rett og slett «Ja takk, begge deler» (i motsetning til hva de ondsinnede ryktene sier kunne imidlertid Brumm kunsten å prioritere, det var ikke så viktig med brødet). I en bestrebelse etter å handle politisk med lommeboken kan det være lurt å si

nettopp det: Ja takk til miljøvennlig mat. Ja takk til den kortreiste.

Aller mest kortreist

Men det finnes et alternativ som er enda mer kortreist enn kortreist, og som kan være miljø- og klimavennlig som bare det.

Det er godt gammeldags matauk, enten det dreier seg om å dyrke salat i hagen, om å gjøre seg nytte av det forhatte ugresset skvalderkål (som smaker utmerket i supper og som pesto), om å sanke bær og sopp i naturen eller om å be en nabo om lov til å sanke inn frukten som ellers blir hengende på trærne å råtne. Selvgjort er velgjort, som det heter.

Historien om å spise dyr

Eating Animals er skrevet av den amerikanske forfatteren Jonathan Safran Foer, som bestemte seg for å undersøke nærmere hvor kjøttet han spiser kommer fra da han fant ut han skulle bli far. Etter å ha vært av-og-på vegetarianer i flere år, ble ideen om å mate sin sønn uten å vite hvor opprinnelsen til maten, et utgangspunkt for å utforske kildene og metodene bak kjøtt.

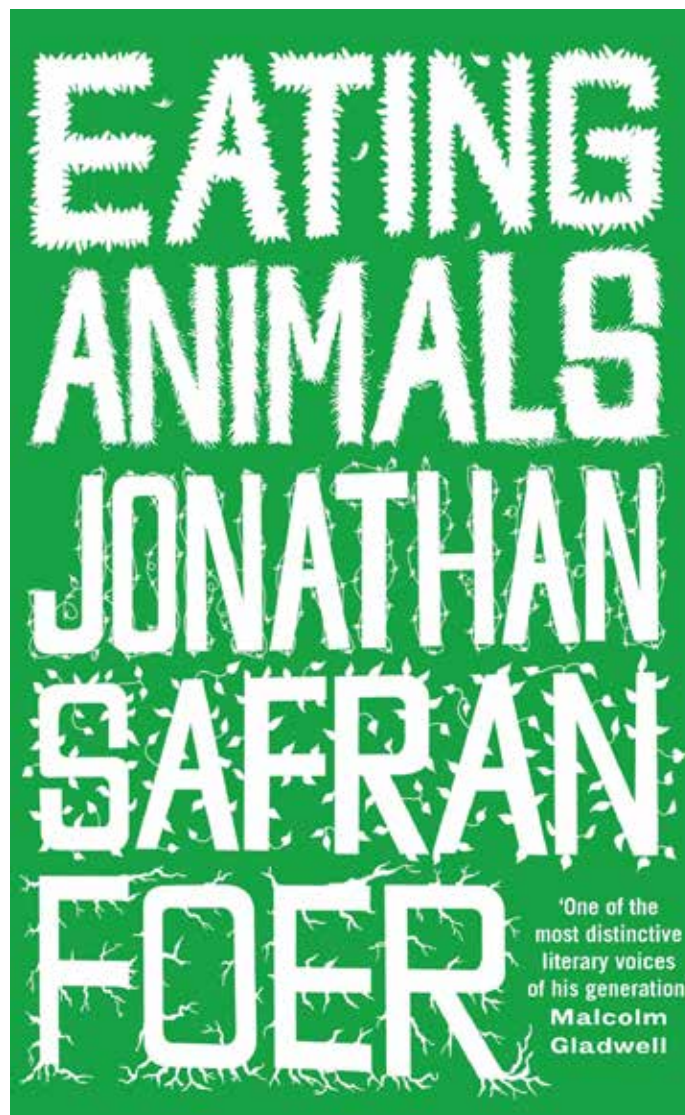
Meldt av: Kerry Agustsson

Foer forteller at hans historie med mat har alltid vært sentrert rundt familiebegivenheter, trygghet, nærhet, og varme. Spørsmålet "hva spiser vi egentlig" ledet til oppdagelser i kjøttproduksjon som han aldri hadde forestilt seg, og som bryter med disse følelsene. Boken konsentrerer seg hovedsakelig om våre forhold til dyr og diskusjonen rundt dyrerettigheter og -velferd, og viser likheten mellom dyr og mennesker med tanke på smerte, behov for essensielle ressurser som tilgang til rent vann og frisk luft, og å det å bli behandlet med verdighet. Samtidig belyser Foer metodene bak dyrehold og gårdsdrift, som har endret seg til fra liten til stor skala, og de følgene dette får for dyr, mennesker, miljø, og helse.

Foer sin ferd begynner med besøk til flere gårder, hvor produksjon av kjøtt har blitt en industrialisert masseproduksjon med lite menneskelig kontakt. Blant annet bryter han seg inn på en hønsegård, og ser med egne øyne bevis på dyreplageri og lidelse. Underveis avdekker han grufulle historier fra ansatte i disse "factory farms" (fabrikkgårder), som Foer kaller dem, og legger fram sammenhengen mellom slike tilstander og matvareindustriens og politikkenes makt ovenfor bønder og produsenter. Et økende etterspørsel og ønske om billig mat har endret våre matvaner, og resulterer skremmende ofte i uhygieniske arbeidsforhold, miljøproblemer og forurensing, og slaktemetoder som ikke prioriterer dyrenes velferd.

Det finnes noen solskinnshistorier i boken også, men budskapet er klart: Foer mener vi må revurdere våre matvaner og vårt forhold til kjøtt. Selv om bokens eksempler er fra USA, betyr det ikke at vi kan ignorere debatten han ønsker å åpne for. Foer argumenterer for at dagens matvaner går på bekostning av både miljø, dyrevelferd, og menneskevelferd. Er det mulig å velge mat fra gode og pålitelige kilder, er man villig til å akseptere høyere priser for å oppnå dette?

Eating Animals er skrevet med innlevelse og omtanke, og man blir engasjert i Foers reise. Boken er en lærerik opplevelse, som åpner øynene for hvor maten vår kommer fra. Dette er en bok som man har godt av å lese, ikke for å skremme folk vekk fra å spise kjøtt, men for å skape debatt rundt matvanene våre, og hva bærekraftig kjøttproduksjon egentlig innebærer. Skiller vi mellom dyrerettigheter og dyrevelferd? Etter å ha lest denne boken, hva sier samvittigheten din?



"Eating Animals"; Jonathan Safran Foer; 2009; Little, Brown and Company; USA

NYE i-MiEV

REVOLUSJONEN FORTSETTER

Avkjølt om sommeren

Oppvarmet om vinteren



NYE MITSUBISHI I-MIEV ER HER

Med den nye fjernkontrollen kan du sette bilen til oppvarming eller avkjøling mens bilen lader. Dette uten at batterikapasiteten påvirkes. Nye Mitsubishi i-MiEV kommer i tillegg med stabilitetskontroll og antispinn, 6 kollisjonsputer, lettmetallfelger, klimaanlegg, elektriske vinduer, sentral-lås, radio/CD/MP3, USB inngang og rekkeviddeindikator.

Ny varmefunksjon - Integrert stereo - Oppgradert interiør - Fjernkontroll - Varsellyd for fotgjenger

Les mer på www.mitsubishi.no/i-MiEV

i-MiEV fra kun kr. **204.500,-**

ÅPNINGSTIDER:

Mandag - fredag 08.30 - 16.30
Onsdag/torsdag 08.30 - 20.00
Lørdag 10.00 - 14.30

ØVRE KRÅKENES 51
5152 Bønes - tlf. 55 52 60 00
www.motorforum.no/bergen/

MotorForum
Bergen

GARANTI
5 ÅR
100.000 km

Redusert årsavgift - Gratis bompassering - Gratis parkering (off. park.plasser) - Adgang til kollektivfelt - Rekkevidde 150 km (etter EU-norm. Avhengig av kjørestil, temperatur og veiforhold)
Full tank for ca. 16 kr (avhengig av strømpriser). Pris er inkl. frakt og andre lev. omk. Utstyrsdetaljer kan avvike fra standard. Forbehold om evt. trykkfeil.

i-MiEV

www.mitsubishi-motors.no | GARANTERT KVALITET

MITSUBISHI
MOTORS

Tid for sopp

I august og september – årets fremste soppmåned – åpenbarer det seg et vidt spekter av farger, lukter og former.

Eirik Hordnes

Mellom trær. Under gress og busker. På fjell og i skyggerike miljøer popper det opp sopp i store mengder. Det ellers så skjulte riket tilbyr sine frukter et par måneder i året, før det atter en gang trekker seg tilbake til sine store – og hovedsakelig – underjordiske nettverk. Nå er det med andre ord en gyllen mulighet til å bevege seg ut i skog og mark for å sanke av naturens frie kulinariske gaver.

Sopphøsten ser ut til å bli god i Hordaland i år. Med en relativt fuktig og forholdsvis varm sommer ligger forholdene til rette.

Gjør deg turklar

I Norges skoger finner man et mylder av ulike sopptyper. Av de ca. 6500 sopptypene i landet, er kun én promille dødelig. Det er altså ingen grunn til overdreven bekymring, kun sunn skepsis og noen enkle forhåndsregler.

- Ta med en oppdatert soppbok, helst med bilder av de ønskelige soppene. Førturen er det greit å forberede seg ved å gjøre seg kjent med dine utvalgte soppers utseende. De syv vanligste matsoppene i Hordaland er kantarell, steinsopp, lys piggsopp, furu- og –granmatriske (blør med gulrotfarget saft), matblekksopp, traktkantarell og rødskrub (mrk: alle skrubbsopper må varmebehandles i minst 15 minutter). En god tommelfingerregel for matsopp, er at de ofte lever i symbiotisk samliv med ulike trær (mycorrhiza-sopp).

- Det er også viktig å ha med seg rett utstyr. Kurv, kniv og kost er verdifulle verktøy

for enhver sopp-plukker. Ettersom sopp lett kan bederves bør man ikke legge dem i tette poser. Kurven er luftig og slipper fuktighet gjennom åpningene.

Magnhild Larsen, leder i Soppforeningen i Bergen, påpeker at det finnes ett unntak for denne regelen: matblekksopp. Det er en høy, hvit og god matsopp som man finner på gressplener, i parker, fete gressmarker og lignende. Men den kan også brukes til noe litt mer særegent, passende for et nysgjerrig sinn. Hun forteller at "i gamle dager ble den brukt til blekk. Det inneholder nemlig ørsmå svarte kuler som man kan se i mikroskop". Dette forverret forfalskninger av underskrifter. Lar man matblekksoppen ligge i en skål, blir etter hvert hele soppen til blekk. Det kan være et morsomt eksperiment.

Et annet hendig tips er tilbehøret til kurven. Du kan ta med to håndklær, ett på bunnen av kurven, og ett liggende over soppen. Det på bunnen absorberer fukt fra soppen, mens det over beskytter mot regn. Det er også mulig å bruke avispir.

Kniven er hendig til å skjære opp soppen med for å kontrollere at det ikke er mark i den. Dette gjelder særlig for litt eldre sopp, som viser enkelte svakhetstegn. Kniven brukes også til å skjære av helt nede med soppstammen slik at man ikke river opp roten og skaper forstyrrelse for mycelet. Men husk: all ukjent sopp som man vil ha identifisert, må tas med hel - inkludert fot. Dette hjelper til identifiseringen.

Fortsetter ►



Kantarellen – også kjent som skogens gull – er lett å lære seg, og er man heldig kan man finne store mengder. Foto: Line Kydland.





Den bleke piggsoppen er også en kjent matsopp. Den er en av de lettere soppene å lære seg. Foto: D. J. Kelly, Wikimedia Commons.

I tillegg kan det være en fordel å grovrenske soppen på stedet med både kost og kniv, fremfor å vente til man kommer hjem. På den måten slipper man å "forurense" friske sopper.

Hvis du har barn med på turen, lær dem å "vaske" hendene på mose etter de har tatt på sopp. Det kan også være greit å ha med seg våtservietter. Som vi kjenner til, tar barn seg ofte i munnen. Pass på og sørg for å ha våtservietter tilgjengelig.

Til slutt; bring med deg noen papirposer slik at du har muligheten til å legge ukjente eller tvilsomme sorter i dem. Ikke bland ukjent sopp med matsopp!

På soppjakten

Etter de nødvendige forberedelsene er det bare å sette i gang jakten. Først og fremst er det viktig å vite hvor man skal ta beina fatt. Dette er avhengig av hvilken sopp du ønsker å plukke.

De fleste ønsker å finne skogens gull – kantarellen. Da må man vite hvor soppen trives og i hvilket miljø den vokser. Kantarellen fin-

ner man for eksempel i granskog, løvskog/ bjørkeskog, edelløvskog og på fjellet, man finner den ofte langs stier. Når det gjelder traktkantarell, som man finner i granskog, påpeker Magnhild Larsen at man bør plukke én og én sopp. Sjekk i tillegg på undersiden at det er en traktkantarell du plukker. Bakgrunnen for advarselen er at det av og til kan vokse spiss giftslørsopp – en dødelig sopp – svært nær traktkantarell (se et bilde på Sopp- og nyttevekstforeningens nettsider som viser nødvendigheten av å se godt etter: www.tinyurl.com/csnrs4v. Da er det best å ligge unna.

Boken til soppeksperter Per Marstad, "Sopp-håndboka" fra 2011, har en fin oversikt over hvor man finner ulike sopparter. Men generelt sett kan man si at den gode matsoppen finnes i blandingsskog med gran, bjørk og litt furu. Plukk voksen sopp, ikke den gamle og heller ikke den helt nye. Den gamle er ikke like god og kan inneholde mark, mens den helt nye blir til ingenting i pannen – la den stå og bli stor.

I tillegg, hvis man lar den gamle stå, kan det bidra til å sørge for at området blir tett

populert også neste sesong. Ta beina fatt, men gjør det helst på en dag det ikke regner. Våt sopp er lite holdbar og kan være ufyselig å håndtere. Men på samme måte, bør man heller ikke ta soppturen etter mange dagers tørke. Også her gjør den gyldne middelvei seg gjeldende.

Etter fangsten

Etter at skog og kratt er saumfart, påpeker Larsen på det sterkeste, enhver sopplukkers første bud: "Du spiser aldri noe du ikke vet hva er". Hvis du tror du vet hva det er, bør du ikke spise det uten kontroll. - Å tro er noe man gjør på en søndag – når det gjelder sopp skal man vite, sier Larsen.

Hun anbefaler også alle å møte opp med sin nyplukkede sopp til soppkontroll i foajeen på Bystasjonen i Bergen hver søndag i september mellom 1600-1700. Hvis dagen og tiden ikke er passende, kan man få gjort soppkontrollen hos Mattilsynet, både i Bergen, Molde og Ålesund.

God sopptur!



Traktantarell er en annen ettertraktet sopp. Den kan være vanskelig å få øye på, men når man først får øye på en, får man øye på mange. Det er imidlertid viktig å passe på. Flere alvorlige soppforgifninger de siste årene har skjedd da folk har plukket den livsfarlige giftslørsoppen i den tro at de har plukket traktantarell. De ligner ikke hverandre, men kan vokse på samme sted. Foto: Ripa, Wikimedia Commons.

Ordforklaring og nyttig info

Mycel: kan lignes plantenes røtter, og er den største delen av soppen. Den befinner seg ute av syne for oss – under våre føtter. Dette nettverket av sopptråder kalles mycel eller mycelium og brer seg både utover, nedover og oppover.

Hovedmassen av en sopp består av mycelet som fins i bakken eller på og i dødt eller levende organisk materiale. Celleveggene i mycelet består av kitin og ikke av cellulose som hos de grønne plantene. Mycelet vokser ut fra de spirende sporene ved at to sporer av forskjellig "kjønn" forenes til ett mycel. Det kan være kortlivet og lite eller flerårig og vidt utbredt på og i underlaget, også kalt substratet. Fra mycelet utvikles soppens sporedannende del, fruktlegetet. Sporene sitter som oftest under sopphatten.

Soppkontroll: Se informasjon på matportalen.no - <http://bit.ly/Q2ax94>

Arrangementer: Første søndagen i september på arboretet, Milde er det "Soppens dag" (dessverre er årets arrangement alt gått av stabelen da dette bladet kommer ut). Soppforeningen i Bergen har imidlertid også andre arrangementer. Se nettsiden deres på: <http://soppforeningen.weebly.com/>

- **Søndag 16. september blir Naturvernforbundet med Bergen soppforening på sopptur i Hordnes-skogen. Se kalenderen på baksiden av dette nummeret for nærmere informasjon."**

Med elsykkel på jobben

Overlege Atle Brun unngår køkjøring og får mosjon, men trenger ikke slite seg ut i motbakkene. Han er en av bergenserne som har anskaffet seg en elektrisk sykkel.

Lina Nathalie Jurs og
Anne Kristine Søvik (foto)

«Elektrisk sykkel» er for mange et ganske ukjent begrep og kanskje noe man heller forbinder med Reodor Felgen enn vår moderne verden. I større byer og tettsteder er den delvis motordrevne sykkel en imidlertid på full fart inn. Men hva er det for noe? Kort fortalt er en elektrisk sykkel en tråsykkel med elektrisk motor som ekstra drahjelp. Sykkelen brukes som en vanlig sykkel hvor du trår pedalene rundt. Det betyr at det ikke er som på en moped hvor du bare kan sitte og la motoren gjøre jobben. Den elektriske motoren blir først aktivert når pedalene er i bevegelse, og du må trække for å holde motoren i gang.

Nasjonal Sykkelstrategi ble utarbeidet i 2003 som et grunnlagsdokument for Nasjonal Transportplan. Nasjonal Sykkelstrategi 2014-2023 er utarbeidet av Vegdirektoratet, Statens vegvesen, Helsedirektoratet,

Miljøverndepartementet og Syklistenes Landsforening.

Strategien er utarbeidet i tråd med regjeringens mål om mer miljøvennlig transport, bedre miljø i byer og tettsteder og bedre helse gjennom fysisk aktivitet. Et av hovedmålene er at sykkeltrafikken skal utgjøre minst 8 % av alle reiser innen 2023. Det betyr at antall personer som sykler i dag må fordobles.

For mange av oss er det å sykle til jobb noe vi forbinder med slit, bakker, svette, regn, kulde, dårlig tid og stress. Det finnes mange unnskyldinger for å la sykkel stå og heller ta bilen. Elektriske sykler løser så godt som alle problemer som måtte oppstå med tanke på og ta sykkel til butikken eller jobben.

Atle Brun er overlege ved Haukeland sykehus. Han er en 1954-modell og sykler 17 km til og fra jobb hver eneste dag på sin elektriske sykkel. Det betyr at han tilba-

kelegger 3,5 mil hver dag uansett vær og føre. Han forteller Naturvest at han valgte elsykkel fordi han har lang vei til jobb, men også jobber lange dager, noe som fører til lite mosjon. Nå får han 70 minutter med mosjon hver dag. Som overlege kan han fortelle at daglig mosjon er bra for hjertekar og for å motvirke diabetes og Alzheimer.

En elektrisk sykkel kan gi nesten like god mosjon som en vanlig sykkel. Motoren hjelper bare til når du trækker og den har en viss fartsbegrensning. Sykkelen kan også brukes til å trene med: når man trækker fortere på pedalene blir det også tyngre. Motoren har en fartsbegrensning på 25 km/t, men det går helt fint å sykle fortere enn det. Det er mange som velger å la sykkel stå og ta bilen fordi de har et arbeid som tilsier at det ikke vil være pent å komme svett på jobb. Når du sykler på en elektrisk sykkel kan du bare ta det rolig i bakkene og la motoren hjelpe til slik at du ikke blir for sliten.



Til venstre: Atle Brun på sin elsykkel.

Over: Hemmeligheten. Dette batteriet hjelper deg opp motbakkene.

Batteriet på Bruns sykkel sitter beskjedent plassert i en kassett under setet og er enkelt å ta ut og inn. Batteriet har også lås slik at ikke det blir stjålet når sykkelstelen står ute. Om kvelden tar han det rett og slett med seg inn, og om natten lader han det. Batteriet varer i ca. 6 mil. Hvis han går tom for batteri på vei hjem, sykler han simpelthen videre. - Det blir som å sykle på en gammel sykkel, litt tungt men ikke noe problem.

Atle Brun trodde også at han ville miste sin parkeringsplass på arbeidet. Når han begynte å se etter andre måter og kommer til jobb var elsykkel det beste alternativet. Buss ble tidkrevende og dyrt. Han vurderte en elbil, men trengte daglig mosjon, men valget valgt på elsykkelen, og dermed sparer han ikke bare drivstoffutgifter og bompenger, han unngår også kjøring. Den er det lite av på sykkelveien!

Hvis man skal skaffe seg elsykkel er det viktig å legge penger i god kvalitet og også å utstyre seg med gode klær, slik at man kan sykle i all slags vær. Vinterstid legger Brun om til piggdekk på sykkelstelen, og dermed kan han sykle av gårde, også i snøføyka. Det eneste som kan stoppe en elsykkel på vinteren er høye brøytekanter. Regntøy er tungt og litt ubehagelig å sykle med, men når han får så god drahjelp av motoren er det ikke noe problem. Atle Brun syns at sykkelstelen hans er komplett og oppfordrer alle som har muligheten til å sykle til jobb til å gjøre nettopp det.

Elsykler passer imidlertid ikke bare for overleger. Det er mange som skal levere barn i barnehage, og derfor tror at det ikke passer å sykle. Men det finnes gode, solide og vanntette sykkelvogner for småbarn, og med en elektrisk motor på laget blir heller ikke dette for tungt. Det at sykkelstelen har en motor som hjelper til er også fint for eldre som vil ut og mosjonere. Det blir ikke tungt og sykle opp bratte bakker, og det blir heller ikke noe problem og ha med seg matvarene i en sekk eller i en kurv på styret. Det finnes en rekke forskjellige modeller og det er bare å velge en som passer for deg og ditt behov. Vær imidlertid oppmerksom på at de mest scooterlignende sykkelene ikke egner seg godt i vestlandsbakker, og at det har vært stilt spørsmål ved lovligheten av dem. På en lovlig elsykkel er det du som er hovedmotoren, den andre hjelper bare til.

Holdningsundersøkelser viser at flere ville ha syklet hvis infrastrukturen var bedre. Blant målene i Nasjonal Sykkelstrategi er å fremme sykkel som transportform og å bedre framkommelighet og trafiksikkerhet for syklistene. Med en elektrisk sykkel og bedre sykkelsti finnes det ikke lenger noen unnskyldning til å la sykkelstelen stå i garasjen. En vanlig sykkel eller en elektrisk sykkel gir daglig frisk luft, mosjon og et bedre miljø.

Naturvernforbundet Hordaland er i gang med forberedelsen av et pilotprosjekt for å fremme bruken av elektriske sykler i Bergen. Planen er å lansere prosjektet i samarbeid med Transnova, kommuner og to bedrifter i Bergen i 2013. Er du interessert i å jobbe som frivillig med dette, ta kontakt med daglig leder Nils Tore Skogland i Naturvernforbundet Hordaland.



isrosa
økologisk is

No får du kjøpa isen her:

- :: Reindyrka, Chr. Michelsensgt.
- :: Gardsbutikken på Stend, Fana
- :: Det lille kaffekompaniet, Bergen
- :: Safari Midttun
- :: Safari Lagunen
- :: Butikk Josefine, Askøy
- :: Færingen, Kulturhuset Oseana
- :: Systrene Nilsen, Uskedalen
- :: Baroniet Rosendal
- :: Stemning, Rosendal
- :: Laga, Bjørkheim
- :: Voss vandrarheim
- :: Fartøyvernssenteret, Norheimsund
- :: Juklafjord kafé, Jondal

www.isrosa.no



VOSS VANDRARHEIM

KORTREIST og ØKOLOGISK MAT
RIMELEG OVERNATTING



FAMILIER
GRUPPER & LAG
SELSKAP & KURS

tf 5651 2017 el 9759 3888

www.vosshostel.com epost: booking@vosshostel.com



Jobb på en økogård

Det startet med en kvinne fra London i 1971. I dag er det en internasjonal bevegelse, med den snodige forkortelsen WWOOF.

Av Kerry Agustsson

En dag i 1971 bestemte Sue Coppard fra London seg for at hun ville sin støtte til den organiske matbevegelsen, men hun manglet tilgang til landbruksområder. Hun fant ut at hun gjerne kunne jobbe som frivillig arbeider på en bondegård, for å hjelpe til, og å øke sin egen kunnskap. Sue samlet en liten gruppe på fire personer, og avtalte å jobbe for en helg på en biodynamisk gård i Essex. Opplevelsen var positiv for begge parter, og ideen ble utviklet videre videre da flere gårder sa seg villige til å motta frivillige arbeidere, samtidig som et økende antall mennesker ville erfare hvordan det var å leve et liv på landet. Den nasjonale foreningen Working Weekends on Organic Farms (WWOOF) ble skapt på dette grunnlaget.

I dag er det 50 nasjonale WWOOF-foreninger i verden, og navnet har skiftet til World Wide Opportunities on Organic Farms. De landene som ikke har nasjonale foreninger, blant andre Norge, blir inkludert under WWOOF Independent. Foreningene er basert på den samme, enkle ideen: å koble frivillige arbeidere med gårder som trenger arbeidskraft og tilbyr opplæring. De frivillige jobber gratis mot å få husly, mat, og muligheten til å øke sin kunnskap innenfor diverse felt. Arbeidsoppgavene er varierte, alt etter hvilken type gård man besøker, hva som dyrkes, sesongene og årstidene, og hva man selv er i stand til å bidra med.

Man kan delta i blant annet hagearbeid, komposttilberedelse, tømmerarbeid, dyrehold, og matproduksjon. Ønsket om en enkel, bærekraftig livsstil preger gårdene, og man kan lære om permakultur, økologiske og biodynamiske metoder, på både stor, kommersiell skala og hos små familier og samfunn.

Som nevnt over, har Norge ikke sin egen nasjonale WWOOF-forening, men verter i Norge er registrert hos WWOOF Independent. Foreløpig er det 68 verter registrert på databasen, spredd utover hele landet, med varierte arbeidsoppgaver fra dyrehold til fruktplukking.

For å delta som frivillig på en organisk gård må man registrere seg hos den nasjonale foreningen i det landet man ønsker å besøke. WWOOF foreningene tilbyr kun en database for å oppnå kontakt med de som tilbyr arbeid og opplæring, alle avtaler om lengde på opphold, type arbeid, og andre praktiske detaljer blir avtalt mellom den frivillige og verten.

Det er viktig å bemerke seg at som frivillig så har man selvfølgelig visse krav til verten, som et godt og trygt sted å sove, mat, og oppgaver som er innenfor det man selv føler man kan klare. Men det er også en del forventninger til de frivillige. Blant de tidligere frivillige, og vertene som har kommentert på opplevelsene sine med WWOOF, understrekes det hvor viktig det er å være

mentalt forberedt på opplevelsen som venter. Å være frivillig i WWOOF er ikke en ferie, man må regne med å jobbe hardt og ha lange dager. Det er viktig å være genuint interessert i det man skal jobbe med, ettersom vertene trenger seriøse arbeidere til å hjelpe med produksjonen. Det anbefales også å sette seg godt inn i gården man skal være på, og tenke gjennom om man virkelig passer inn. Men det er heller ingen kunnskapskrav for å være WWOOF-frivillig, bare at man er åpen med verten om hva du kan bidra med og hva du vil lære. Mange WWOOF-verter kan også være fra fattige strøk, og en frivillig arbeider må ha dette i tankene når man skal ut og reise. Til gjengjeld får man en fantastisk mulighet til å erfare hvordan det er å leve på en økologisk gård, man blir kjent med mange hyggelige mennesker og kulturer, mange steder blir man inkludert i familien, og man får muligheten til å lære mye nytt på en unik måte.

Det å jobbe som frivillig er en enestående mulighet til å bidra til hverdagen til noen som trenger din hjelp, samtidig som du kan lære mer om det som interesserer deg. Fra å være en turist som gjerne bare får et overfladisk kjennskap til området eller landet man besøker, gir frivillig arbeid muligheten til å bli bedre kjent med lokale mennesker og tradisjoner, og lære kulturen å kjenne på en helt ny måte. Mange blir overrasket over hvor positiv dette arbeidet kan være.

Bli frivillig

Om man er interessert i å jobbe frivillig via WWOOF, kan man finne mer informasjon på www.woof.org og www.woofindependent.org.

Grønt Spatak gir ungdommer muligheten til å jobbe på en gård en sommer arrangert av Natur og Ungdom og Bonde- og småbrukarlaget. Les mer på <http://nu.no/oss/arrangement/spatak/>

Det finnes også mange andre alternativer for å jobbe som frivillig. Blant de som er gratis å delta i er Aktiv Ungdom prosjektet for ungdom, organisert av EUs ungdomsprogram for ikke-formell læring. Dette prosjektet satser på kulturell utveksling mellom ungdom, og fremmer samarbeid og vertskap. Det finnes en rekke ulike prosjekter å velge mellom, blant annet natur og miljø. Se <http://www.aktivungdom.eu/> for mer informasjon.

Ordforklaringer

Biodynamisk jordbruk er beslektet med økologisk landbruk, men har også en spirituell tilnærming til landbruk, og knyttes til den antropiske bevegelsen.

Permakultur baserer seg på prinsippet om bærekraftig utvikling, og har en systematisk og helhetlig tilnærming til ressurser. (www.permakultur.no).



**50 tunfiskbokser
= 1 forhjul**

Metallemballasje leverer du til containerne for glass- og metallemballasje på returpunktene.

**Kast riktig -
gi bosset verdi**

Tlf: 815 33 030 | www.bir.no



BIR



Velkommen til miljøhotellene
i Bergen sentrum, sentralt
beliggende nær kollektivtransport.

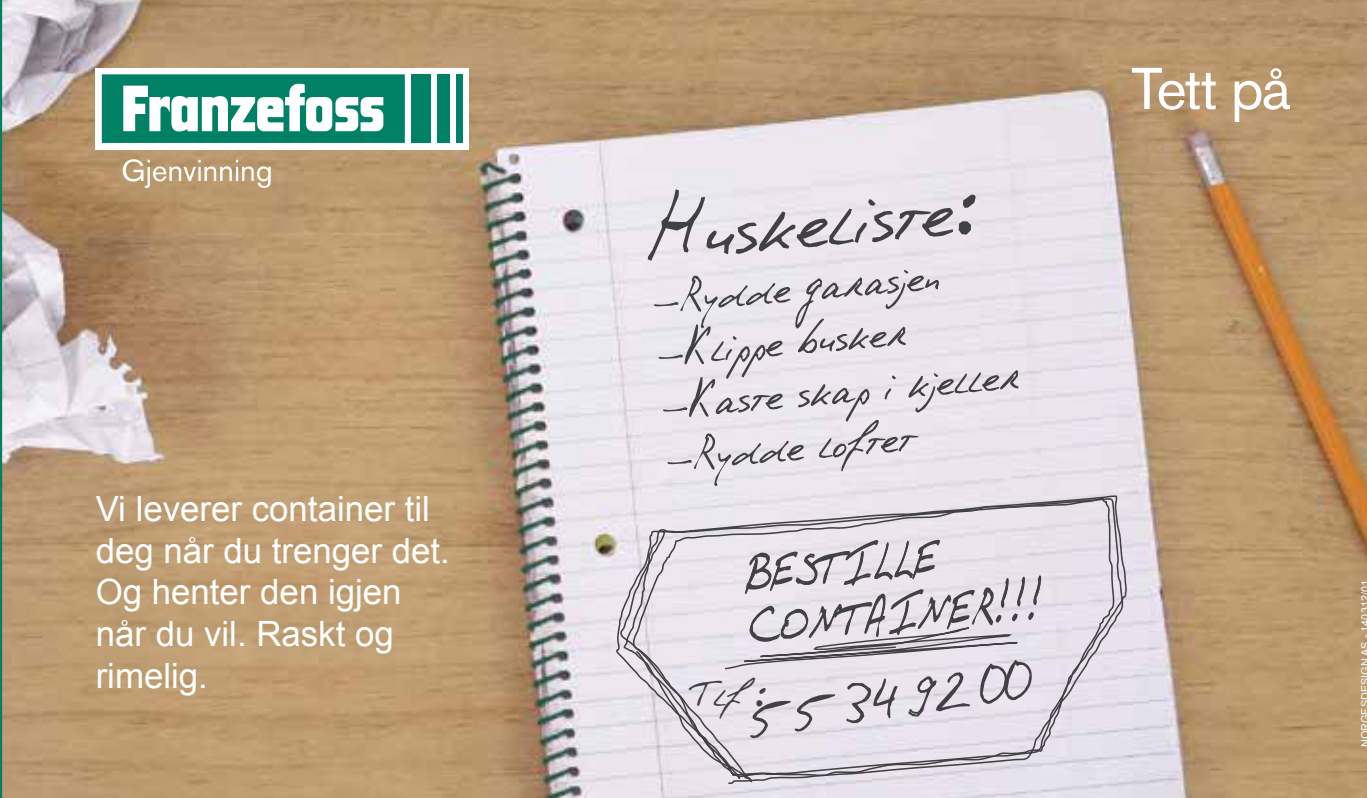


**Ekte matopplevelser med
lokale råvarer i hovedsetet.
Konferansekapasitet til 400.**

AUGUSTIN
HOTEL VINBAR BRASSERIE

GRANDTERMINUS
HOTEL KONGRESS BRASSERIE WHISKYBAR

augustin.no - ght.no



Franzefoss | | |

Gjenvinning

Tett på

Huskeliste:

- Rydde garasjen
- Klippe busker
- Kaste skap i kjeller
- Rydde lofter

**BESTILLE
CONTAINER!!!**

Tlf: 55 34 92 00

Vi leverer container til deg når du trenger det. Og henter den igjen når du vil. Raskt og rimelig.

www.franzefoss.no

Igjen og igjen og igjen...

NORGESDESIGNAS - 140312/01

Gi beskjed om viktige miljøtiltak til miljøvernministeren!

Nå har Miljøagentene på hovedkvarteret laget en ny side på miljoagentene.no. Der kan du sende melding direkte til Miljøvernministeren, og gi tips om hvordan han kan forbedre miljøet.

Miljøagentenes Hovedkvarter startet den såkalte Postkortkampanjen for at vi miljøagenter lettere skal få gitt våre tips til politikerne. Du kan gå inn på www.miljoagentene.no, og sende av gårde ditt kort til miljøvernminister Bård Vegard Solhjell, med ditt beste tips til hva han må gjøre for å hjelpe miljøet. Det er ingen tvil om at politikerne våre trenger en vekker når det gjelder både lokale og globale miljøtiltak. Har f.eks. din by eller bygd innført resirkuleringsordninger for papp og plast? Eller har du noen tips til hva politikerne kan gjøre for å bremse globale klimaendringer?



Mette Marit støtter Miljøagentene!

Hørt siste nytt? Nå har til og med folk fra kongefamilien gitt sin støtte til Miljøagentene og alle dere hemmelige agenter der ute.

Kronprinsesse Mette Marit er opptatt av gjenbruk. Derfor selger hun nå noen av klærne sine på en egen loppis-nettside. Pengene hun får inn går til Miljøagentenes arbeid! Nettsiden www.bloppis.no er en plass der du kan selge gamle klær som du ikke har bruk for lenger. Mette Marit har startet sin "bloppis" og kvitter seg med noen av de kongelige klærne sine. Kanskje du også har noen klær du ikke bruker lenger? Da kan du sjekke ut bloppis.no. Kanskje du til og med finner noen kule klær du har lyst på?



Foto: Sølve Sundsbø / Det kongelige hoff.



Radøy kommune, den grønne øya støttar godt naturvernarbeid.



Informasjon frå
Sunnhordland
Interkommunale
Miljøverk IKS



Tenk miljø - brems forbruket!

Sunnhordland
Interkommunale
Miljøverk IKS

Svartasmoget
N-5419 Fitjar

telefon 53 45 78 50
telefaks 53 45 78 60
e-post sim@sim.as

www.sim.as

skyss.no



Orangeriet | Foto: Fred Jonny

Reis miljøvennleg!

Bruk buss eller Bybanen og bidra til eit betre miljø. Bruk vår app eller reiseplanleggar på **skyss.no** for å planlegge reisa.

Spar miljøet – reis kollektivt! God tur!



skyss

ÅPENT HELE ÅRET!

AKVARIET I BERGEN



**Indre Hordaland
Miljøverk**

Tlf. 56 52 99 00
Faks 56 52 99 01
E-post: ihm@ihm.no
www.ihm.no

Ta vare på naturen

- Hugs at farleg avfall må leverast til godkjend mottak!

- Stoff med faremerke er nesten alltid farleg avfall.
- Farleg avfall kan leverast på miljøstasjonen, sjå opningstider på www.ihm.no

**Nå med student-
og honnørrabatt**

Les mer på flybussen.no/bergen



tide



Flybussen.NO

AIRPORT EXPRESS COACH



Mottaker av forurenset masse.

www.fsg.no



Damsgårdsveien 95, 5058 Bergen
Telefon: 55 34 17 70
bergen@metallco.com



BIR BEDRIFT

- Avfallsløsninger for næringslivet
- Containerutleie

Møllendalsveien 31
5009 Bergen
Tlf.: 815 33 030
Faks: 55 27 70 91
E-post: bedrift@bir.no

Et selskap i **RETURA**
ET MILJØ I BALANSE



No får du kjøpa isen her:

- :: Reindyrka, Chr. Michelsensgt.
- :: Gardsbutikken på Stend, Fana
- :: Det lille kaffekompaniet, Bergen
- :: Safari Midttun
- :: Safari Lagunen
- :: Butikk Josefine, Askøy
- :: Færingen, Kulturhuset Oseana
- :: Systrene Nilsen, Uskedalen
- :: Baroniet Rosendal
- :: Stemning, Rosendal
- :: Laga, Bjørkheim
- :: Voss vandrarheim
- :: Fartøyvernssenteret, Norheimsund
- :: Juklafjord kafé, Jondal

www.isrosa.no



Putt drikkekartong
rett i papirbosset
- uten plastpose!



B-BLAD

retur: NaturVest
postboks 1201 Sentrum
5811 BERGEN

ETTERSENDES IKKE VED VARIG ADRESSEENDRING, MEN SENDES TILBAKE TIL AVSENDER MED OPPLYSNINGER OM DEN NYE ADRESSEN

Naturvernkalenderen 2012

Her finner du en oversikt over noen natur- og miljørelaterte arrangement framover.
For mer informasjon, se nettsidene naturvernforbundet.no/hordaland og
naturvernforbundet.no/moreogromsdal

September

Søndag 16.09.2012 kl 11.00, Hordnesskogen

Sopptur

Vi blir med Bergen soppforening på tur! Dessverre går det ingen buss til Hordnesskogen på søndager, så ta gjerne kontakt på hordaland@naturvernforbundet.no for å avtale felles transport med andre deltakere fra Naturvernforbundet. Oppmøte ved Hordnesskogen er kl 1100 på parkeringsplassen (der bussen vanligvis snur). Trenger du transport fra Stend - ring til soppforeningens turleder og be om skyss. Turleder: Åse Nodland, 952 61 938 Soppkontrollør: Vidar Wien

Torsdag 20.09.2012 kl 19.00 på Det grønne loftet, Bryggen i Bergen

Filmkveld

Studentlaget ønsker alle velkommen til filmkveld. Det vil bli avstemming mellom følgende filmer: Soyent Green, Lorax eller The day after tomorrow.

Tirsdag 25.09.2012 kl. 10:00-14:30, Miljøhuset i Grensen 9b, konferanselokalet i 6.etasje

Seminar: Internasjonale forhandlinger om biologisk mangfold

For tredje år på rad inviterer Naturvernforbundet, Regnskogfondet og Utviklingsfondet til seminar i forbindelse med forhandlingene om den internasjonale konvensjonen om biologisk mangfold (CBD).

Oktober

Onsdag 3.10.2012 kl 19.00, Krystall, Kong Oscarsgate 16, Bergen

Naturlig onsdag – faglig påfyll i et hyggelig miljø

Program kommer på nettsidene: <http://naturvernforbundet.no/naturligonsdag>

Tirsdag 9.10.2012, Bergen

Studentlaget ønsker velkommen til grønn øl på et utested i Bergen med bra økologisk utvalg. Ta kontakt på hoydennaturstudenter@gmail.com for oppmøtetid og -sted.

Lørdag 13.10.2012

Vi tyvstarter klimafestivalen med aktiviteter og stand på torgallmenningen. Mer info kommer på nettsidene. Vil du være med å planlegge så ta kontakt! hordaland@naturvernforbundet.no

Klimafestival 13.-20. oktober

Klimafestival

Bergen kommune arrangerer igjen klimafestival med mange aktiviteter. Mer informasjon og program finner du på kommunens nettsider: <https://www.bergen.kommune.no/aktuelt/tema/klimafestivalen/article-97602>

Lørdag 20.10.2012 kl. 10:00-23:59, Litteraturhuset i Oslo (Amalie Skram)

Klimaseminaret 2012

Klimaet tåler ikke fortsatt storsatsing på olje. Hvordan kan vi komme oss ut av oljetåka? Seminaret er gratis og det gis reisedekning til medlemmer av Naturvernforbundet og Natur og Ungdom. Påmelding: deltager.no/klimaseminar

Torsdag 25.10.2012, Auditorium Egget på Studentsenteret, Parkveien 1, Bergen

Språk og klima – stor internasjonal konferanse

Torsdag 25. oktober samler UiB i samarbeid med NHH internasjonale forskere, politikere, næringsliv og frivillige organisasjoner til debatt om klimakommunikasjon.

Klimaendringene er en av de viktigste utfordringene menneskeheten står overfor i dag. Forskning tyder på at holdninger til klima i stor grad er preget av hvordan saken kommuniseres. Vi spør: i hvilken grad og på hvilken måte betyr språkbruk noe for handling eller mangel på handling? Konferansespråket vil være engelsk.

November

Onsdag 7.11.2012 kl 19.00, Krystall, Kong Oscarsgate 16, Bergen

Naturlig onsdag – faglig påfyll i et hyggelig miljø

Program kommer på nettsidene: <http://naturvernforbundet.no/naturligonsdag>

Desember

Onsdag 5.12.2012 kl 19.00, Krystall, Kong Oscarsgate 16, Bergen

Naturlig onsdag med blant annet videooverføring fra klimatoppmøtet i Qatar

Program kommer på nettsidene: <http://naturvernforbundet.no/naturligonsdag>

Neste nummer av NaturVest har temaet "Forbruk og avfall". Har du tips til saker som fortjener omtale, send en e-post til naturvest@naturvernforbundet.no