



Hållbara nyheter från SEOM #3 2022

**FRÅN MATAV FALL
TILL BIOBRÄNSLE**

**EN FÖRSKOLA FULL
AV MILJÖHJÄLTAR**

**VAD KAN SLÄNGAS
I DEN BRUNA PÅSEN?**

A photograph of a woman with blonde hair tied back, smiling warmly. She is wearing a light-colored, textured button-down shirt. She is holding a large, vibrant bouquet of flowers, including white, purple, yellow, and blue blooms. The background is a soft-focus green, suggesting an outdoor garden setting.

Odlad med omtanke

Möt Sara Gyllstedt på Lilla odlingen



Hållbara val som gör gott

Vad blir det för mat ikväll? Jaså, potatis- och purjolöks-soppa – mums! Genom att sortera ut potatisskalen och lökblasten i den bruna påsen för matavfall har du inte bara lagat en god middag – du har även gjort gott för miljön. Sorterar du rätt kan nämligen ditt matavfall tas om hand och omvandlas till bland annat biogas som driver Sollentunas sopbilar. Ett hållbart kretslopp som fortsätter att snurra, tack vare dig.

Det lönar sig att göra rätt

Sollentuna var en av de första kommunerna som började sortera matavfall, redan 1994. Och det har gjort skillnad. Under åren har allt fler börjat slänga rätt och idag hamnar hela 50 procent av kommunens matavfall i de bruna påsarna. Det gör oss stolta, men vi nöjer oss inte. Nu siktar vi ännu högre med målet att nå 60 procent.

För att ge sollentunaborna ytterligare en morot till att sopsortera har vi infört en flexibel avfallstaxa. Taxan

är utformad för att uppmuntra till att sortera ut matavfall, förpackningar och annat som egentligen inte hör hemma i den vanliga soppåsen. Kort sagt, ju mer du sorterar desto mindre kostar det.

Matnyttiga tips och inspirerande reportage

I det här numret av OM får du följa matavfallens hållbara resa och lära dig mer om vad du kan göra i vardagen för att minska din klimatpåverkan. Vi kan alla inspireras av barnens sorterarglädje i reportaget från Vaxmora Förskola. Jag blir så glad av att se nästa generation hållbarhetshjältar växa upp och ta ansvar för vår gemensamma planet.

Trevlig läsning och smaklig måltid!

Monika Söderlund Andreasson
VD, Sollentuna Energi & Miljö

seom SOLLENTUNA
ENERGI & MILJÖ

OM ges ut av Sollentuna Energi & Miljö, ett bolag ägt av Sollentuna kommun **Adress:** Sollentuna Energi & Miljö AB, Box 972, 191 29 Sollentuna **Telefon växel:** 08-623 88 00

E-post: info@seom.se

Ansvarig utgivare: Sanna Rehn

Redaktör: Pauline Cederblad

Upplaga: 30 000 ex

Produktion: Bon Relations, www.bonrelations.se

Tryck: Falk Ruter

Foto: Anton Enerlöv

Illustrationer: Bon Relations



INNEHÅLL #3 2022

- 4** Sollentunas Avfallsplan, med fokus på matavfall
- 6** Hållbara vardagstips
- 8** Så hanterar du ditt farliga avfall
- 10** Sopbilen på förskolan
- 12** Skördetid på Lilla odlingen

Mindre svinn – win win

Av all mat som produceras i världen är det en tredjedel som faktiskt aldrig hamnar i någons mage. Tänk vilket slöseri på både naturen och plånbokens resurser. Om vi alla hjälps åt att ta vara på den mat som finns och sorterar vårt matavfall rätt, så kan vi tillsammans minska världens matsvinn. Helt enkelt en win win-situation för oss alla! I det här numret av OM fördjupar vi oss i vad som görs för att minska matsvinnet både runt om i världen men också här i Sollentuna – och så tipsar vi om hur du kan vara med och bidra i din vardag!

Klara Dalhielm, avfallsingenjör på SEOM ger oss hela bilden – från det stora till det lilla.



Sortera mer, betala mindre

Vi på SEOM ger dig som sorterar ut ditt matavfall en lägre kostnad för din sophämtning.

Hela världen och Sverige mot samma mål

För att uppnå en hållbar utveckling måste världens alla länder tillsammans ändra hur vi producerar och konsumerar jordens resurser. En del av detta handlar om hur vi hanterar vårt matavfall – att tillsammans lyckas minska matsvinnet och samtidigt skapa hållbara kretslopp av den mat som slängs. Ett av FN:s globala

hållbarhetsmål är att halvera matsvinnet till år 2030. Det har Sverige anammat och det finns med i den nationella livsmedelsstrategin. Utöver det har Sverige även satt ett eget mål till 2023 om att minst 75 procent av matavfallet ska sorteras ut för att bli biogödsel och biogas.

Läs mer om matavfallens kretslopp på sida 5.

Sollentuna tar ansvar

En del av SEOMs uppdrag består av att förenkla för Sollentunas invånare att göra hållbara val gällande avfallssortering. Kort sagt ska vi uppmuntra fler till att slänga mindre och ta vara på mer.

Till vår hjälp har vi ”Lätt att göra rätt”, norra Storstockholms gemensamma avfallsplan som grundar sig på de globala och nationella målen. I avfallsplanen finns bland annat mål till 2032 om att minska mängden matavfall i restavfallet med minst 90 procent. **På sida 4 berättar vi mer om Avfallsplanen.**

Hållbarhet på hemmaplan

Om vi ska lyckas leva upp till de globala, nationella och lokala målen behöver vi alla hjälpas åt. De val du gör i din vardag gör skillnad för framtiden.

Genom att till exempel laga mat på resterna från igår istället för att slänga, kan du minska ditt matsvinn. Och genom att sortera ut ditt matavfall i den bruna påsen bidrar du till ett hållbart kretslopp där dina rester kan användas till allt från att driva bussar till att bli nya råvaror. **På sida 6 tipsar vi om hur du kan leva mer klimatsmart.**

Tillsammans kan vi göra skillnad för vår planet!

Vi har en plan

Lätt att göra rätt är namnet på norra Storstockholms gemensamma avfallsplan. Den är framtagen av Sollentuna kommun och SEOM tillsammans med åtta andra kommuner i norrort och med det samägda avfallsbolaget SÖRAB som samordnare. I planen riktar vi blicken mot 2032 då vi ska ha utvecklat effektiva system för att hantera avfall. För att ta oss dit finns fem målområden att fokusera på. Ett av dem är matavfall.

Matavfall är inte sopor, det är en resurs

Ett av målen i avfallsplanen är att vi ska använda matavfall som en resurs, samtidigt som vi minskar

matsvinnet. Matsvinn är onödigt matavfall som hade kunnat undvikas om det hanterats på ett annat sätt. Till exempel genom att förvaras annorlunda eller tillagas och ätas.

Det som blir över och inte kan ätas efter en måltid kallas matavfall och ska sorteras ut separat. Matavfall innehåller nämligen energi och näringsämnen som kan göra stor nytta. Genom att röta matavfallet kan man utvinna biogas som driver bussar och bilar samt biogödsel som används i ekologiskt jordbruk. På så sätt blir matavfall en del av ett hållbart kretslopp – där skal, rens och rester blir till energi och näring som förs tillbaka till naturen.

3 MÅL FÖR MATAVFALL I AVFALLSPLANEN

1 Mängden matavfall i restavfallet ska minska med minst 90 procent från 2021 till 2032.

2 År 2032 ska matsvinnet halveras per invånare jämfört med 2021.

3 År 2032 ska allt insamlat matavfall hanteras så att växtnäring och energi kan tas tillvara. Matavfallet ska vara så rent att den biogödsel som produceras kan användas på jordbruksmark.

Läs hela Avfallsplanen på sorab.se

VI REDER UT BEGREPPEN

Matsvinn

Matsvinn är maten som slängs i onödan, för att den exempelvis inte kunde ätas upp eller hanteras på rätt sätt.

Matavfall

Matavfall är de delar av maten som normalt inte äts utan slängs – det kan vara skalrester, kärnor, kaffesump eller ben.



1/3

av restavfallet i Sollentuna består fortfarande av matavfall. Genom att sortera rätt kan vi tillsammans minska vår klimatpåverkan.

MATAVFALLETS RESA - ett hållbart kretslopp

4km

Visste du att en biogasbil kan köra 4 km på en påse rotat matavfall?



1. Matavfallet slängs

Skal, rens och rester som inte kan användas igen slängs i bruna påsen för matavfall.

2. Ner i kärlet

Matavfallspåsarna placeras i det bruna kärlet. Dina övriga hushållssopor (restavfall) slängs i det gröna.

3. Upphämtning

Sopbilen hämtar ditt avfall. Matavfallet hamnar i ett särskilt fack i bilen, ditt restavfall i ett annat.

4. Restavfall förbränns

Ditt restavfall förbränns och blir bland annat fjärrvärme.

5. Matavfallet rötas

Matavfallet transporteras sedan till en biogasanläggning, där det återvinns till biogas och biogödsel genom rötning.

6. Biogas

Biogasen levereras till tankstationer och blir bränsle till bussar och sopbilar.

7. Biogödsel

Biogödseln bidrar till hållbar odling.

8. Odling

Nya grödor växer, skördas och blir till ny mat.

9. Maten är klar!

Du kan laga god middag med ekologiska grönsaker.

Tack för maten

Varje år slänger vi i Sverige runt 100 kilo matavfall per person rätt ner i soporna. Om vi istället skulle sortera vårt avfall hade det kunnat omvandlas till exempelvis 100 miljoner liter fossilfritt bilbränsle – ett ekologiskt kretslopp som alla tjänar på!



Vad kan slängas i den bruna påsen?

Fritt fram för äggskal, men nej tack till krukväxter. Ibland kan det vara svårt att veta vad som ska sorteras som matavfall och inte.

Det här **kan** du slänga i matavfallspåsen

- ✓ Matrester (tillagade och råa)
- ✓ Skal från frukt, grönsaker, ägg och skaldjur
- ✓ Mindre ben och rester från kött, fågel och fisk
- ✓ Pasta, ris och potatis
- ✓ Bröd, kex, kakor och godis
- ✓ Ost och pålägg
- ✓ Kaffe och te (även påsar, sump och filter)
- ✓ Hushållspapper med matrester

Det här ska du **inte** slänga i matavfallspåsen

- ✗ Flytande matrester som soppa eller sås
- ✗ Tuggummi
- ✗ Bomull
- ✗ Aska och grillkol
- ✗ Tobak, fimpar och snus
- ✗ Jord, lera, sand och sågspån
- ✗ Krukväxter och trädgårdsavfall
- ✗ Hundbajs och kattsand
- ✗ Dammsugspåsar
- ✗ Mediciner och kemikalier

Sortera mera!

Läs mer om hur du sorterar rätt på sorab.se/sorteringsguiden



Tävling!

Vinn bok om svinn

Var med och tävla om en bok fullmatad med påhittiga recept och smarta tips på hur du kan nolla ditt matsvinn!

Skicka in ditt bästa recept gjort på matrester till anmalan@seom.se senast den 12 oktober. Lycka till!

Få svinnsikt i vardagen

Visste du att det i Sverige slängs cirka 1,3 miljoner ton mat varje år? Det innebär att ungefär var fjärde matkasse som bärs hem blir till matsvinn. För att uppmärksamma detta har Livsmedelsverket myntat svinnsikt – ett nytt ord på svinniska. Att ha svinnsikt handlar om att bli uppmärksam på sitt matsvinn för att sedan förändra sitt beteende och inte slänga mat i onödan. En person med svinnsikt är till exempel bra på att laga mat på rester, förvara maten rätt och planera sina inköp smart.

På Livsmedelsverket hittar du fler tips på hur du kan minska ditt svinn – och lära dig att prata flytande svinniska!



Fräscha tips!



Håll din matavfallspåse fräsch och undvik fukt, lukt och surrande gäster.

- Sätt **påsen** i en **behållare** där den luftas och håller sig torr.
- Använd **dubbla påsar**.
- Låt **blött matavfall rinna av** i vasken innan du slänger det i påsen.
- Byt påse och **släng ditt matavfall ofta** – helst var tredje dag.
- Undvik att **påsen blir överfull** och se till att försluta påsen ordentligt innan du slänger den i kärlet.

Saknar du en påshållare?

Då kan du hämta en ny hos oss på Knista Gård.



29
SEPTEMBER

är det internationella mat-svinnsdagen. En perfekt dag att se över din svinnsikt.

Klara, färdiga, plocka!

Har du fullt med äpplen i din trädgård men inte vet vad du ska göra av all frukt? Majoriteten av alla äpplen som växer i villaträdgårdar ruttnar som fallfrukt och går till spillo. För att minska svinnet gör Rscued, Ståda Sverige och ICA Stiftelsen en gemensam insats i kampanjen "Klara, färdiga, plocka!"

Ladda ner appen Rscued, så kan du registrera din trädgård och dina äppelträd och på så sätt ge barn och unga från idrottsföreningar chans att rädda dina äpplen. Äppelmusten fylls sedan på flaska och säljs som Trädgårdsmust hos din lokala ICA-handlare.

Pst! Stora mängder fallfrukt ska inte sorteras som matavfall eller trädgårdsavfall. Lämna istället din fallfrukt på någon av SÖRABs anläggningar, där den omvandlas till biogas och biogödsel.

”

I Sverige slängs cirka 1,3 miljoner ton mat varje år. Det motsvarar ungefär var fjärde matkasse som bärs hem.

Vi tar hand om ditt farliga avfall

Har du en burk med färgrester i garaget? Kanske en tub gammalt klister som ligger och skräpar? Eller några nagellack i badrumsskåpet som inte går att använda längre? Det är exempel på farligt avfall som inte får slängas i vanliga soppåsen eller hällas ut i avloppet.

Josefin Pucher, Insamlingschef produktion på SÖRAB, berättar om vad farligt avfall är och hur du slänger det på rätt sätt.

Hej Josefin!

Vill du berätta lite mer om vad farligt avfall är?

Till farligt avfall räknas allt som kan vara skadligt för människor och miljö. Det kan till exempel handla om kemikalier, lösningsmedel, färger och oljor. Men det gäller även elavfall, batterier, ljuskällor och impregnerat trä.

Varför bör farligt avfall sorteras separat?

Även mycket små mängder av farligt avfall kan orsaka stor skada på miljön om det sprids och i slutändan även påverka människor och djur. Det är därför viktigt att ditt farliga avfall alltid samlas in och tas omhand på ett miljörätt sätt.

Många bygger om sin altan så här års. Vad ska man tänka på när man sorterar gammalt trä?

Det är skillnad på vanligt trä och tryckimpregnerat trä. Tryckimpregnerat trä har behandlats med en vätska för att stå emot emot röta och fukt och ska därför sorteras som farligt avfall. Du känner ofta igen tryckimpregnerat trä på den lite grönaktiga färgen.

Hur ska rivningsmaterial som innehåller asbest hanteras?

Avfall med asbest tas emot i små mängder (max 3 kilo) på alla SÖRABs återvinningscentraler utom Stockby. Har du större mängder (upp till 3 kubikmeter) kan du lämna det på Löt Avfallsanläggning. Asbest ska alltid vara förpackad och lämnas väl tillsluten.

Var ska det farliga avfallet lämnas?

Lämna det till någon av våra återvinningscentraler eller mobila återvinningscentraler. Om förpackningen, flaskan eller burken saknar etikett, så måste du märka upp den innan du kommer till oss. Du kan även få en etikett på plats. Fråga gärna personalen i gula västar om du känner dig osäker.

Vad händer med det farliga avfallet när det har lämnats in till återvinningsstationen?

Vi sorterar det på plats och därefter körs det av en kemist för vidare behandling. En stor del av det farliga avfallet bränns i särskilt godkända förbränningsanläggningar. Det som går att rena återvinns och används igen. Och det som inte kan brännas slutförvaras under kontrollerade former på en tipp som är särskilt godkänd för detta.

Ska elavfall slängas som farligt avfall?

Ja. Alla trasiga el- eller batteridrivna hushållsapparater bör slängas som farligt avfall, men sorteras separat. I elavfallet finns det många delar som kan återvinnas som till exempel plast och metall. Inlämnade kyl- och frysskåp töms på freoner, en kemisk förening som bidrar till växthuseffekten, innan avfallet hanteras vidare.



Josefin Pucher



Ladda ner och sätt upp!

På seom.se kan du ladda ner en sorteringslathund och sätta upp i soprummet.



Visste du att...

...sprayflaskor och liknande kan explodera om det förbränns som restavfall och innehållet kan vara giftigt eller brandfarligt. Därför är det viktigt att sortera ut ditt farliga avfall.

Våra avfallsbovar som gömmer sig i hemmet



Tvätt- och sköljmedel

Gammalt tvätt- och sköljmedel innehåller flera giftiga ämnen som är farliga både för miljön och oss människor. Även tomma förpackningar måste därför sorteras som farligt avfall, för att förhindra att rester av dessa kemikalier sprider sig.

Skönhetsprodukter

Många av de produkter som vi har i badrummet innehåller ämnen som vi vill hålla långt ifrån både natur och vatten. När produkter som nagellack, borttagningsmedel, hårfärg och parfym ska förbrännas så måste det ske under kontrollerade former och stränga miljökrav – därför är det extra viktigt att det inte slängs i de vanliga soporna eller spolas ner i handfatet.



Gasol

Gasolflaskor, gasbehållare och liknande innehåller brandfarlig gas som kan explodera om de upphetas. Därför ska behållare som använts i hushållet lämnas till återvinningscentral och inte slängas i de vanliga soporna.

Målarfärg och penslar

All typ av färg innehåller miljöskadliga ämnen. Därför är det viktigt att både rollers och penslar rengörs på rätt sätt, så att de ämnen som reningsverken inte kan förbränna inte hamnar direkt i vårt renade avloppsvatten och vidare ut i Östersjön. Även de kemikalier som används för att göra rent innan målningen sorteras som farligt avfall.



Fler exempel på farligt avfall: aceton, akrylfärg, bensin, bilbatterier, braständare, deodorant (med innehåll), febertermometer (med kvicksilver), fläckborttagningsmedel, hårspray och hårmousse, impregneringsmedel, insektsmedel, klister, kolsyra, kosmetika, lacknafta, lampolja, lim, matfett, motorolja, propplösare, rengöringsmedel, rättgift, skokräm, solskyddsfaktor, spolarvätska, tapetklister, tändstickor, tändsticksask, vax, växtnäring, ättika

Källa: Naturvårdsverket, Avfall Sverige och Sveriges avfallsportal



1000

bananskal kan ge biogas som räcker att köra 10 mil med en sopbil.

Förskolans bananskal får sopbilen att rulla

På Vaxmora förskola är glädjen stor när sopbilen en dag kommer på besök och stannar extra länge. Bland barnen är källsortering en självklar del av vardagen och de har tidigt fått med sig ett hållbart beteende.

Intervju med Mattias Jackson, produktionschef på Urbaser och Elin Anderbalk, tillförordnad rektor på Vaxmora förskola.

”Nu kommer sopbilen!”

Barnen rusar fram till grinden när den vita jätten på åtta hjul svänger in på gatan. För ett tag sedan efterfrågade förskolan ett besök av sopbilen och idag är det äntligen dags. Med på besöket är Mattias Jackson. Han är produktionschef på Urbaser, den entreprenör som är ansvarig för hämtning av mat- och restavfall i Sollentuna.

– Hej, jag heter Mattias och jag är chef för sopbilen. Vet ni varför vi är här?

– För att hämta våra sopor, svarar barnen i kör.

Vart tar matavfallet vägen?

Mattias berättar för den nyfikna barngruppen om vad som egentligen händer med det matavfall som förskolan kastar i de bruna kärlen.

– När ni har haft fruktstund så slänger ni skalen i det bruna kärlet. Sen hämtar vi det och tar det till en anläggning. Där kan de göra biogas av era matrester. Och av gasen kan vi köra våra sopbilar, nästan helt utan miljögifter. Visst är det smart?

Ett av barnen räcker ivrigt upp handen och tillägger:

– Utan gasen hade ni fått motorstopp.

Sopbil på turné

På uppdrag av SEOM och Sollentuna kommun är Mattias och hans kollegor ofta ute på förskolor och informerar om avfall.

– Vi började göra platsbesök för något år sedan och det spred sig snabbt. Idag blir SEOM ofta kontaktade av förskolor som vill att vi besöker just dem och vår sopbil är ”fullbokad” en längre tid framöver. När året är slut kommer vi att ha träffat cirka 600 barn och pratat om hur man sorterar rätt.

Skolresan börjar i förskolan

Sollentuna kommun arbetar för att vara Sveriges bästa skolkommun.

Vägen dit kallas för ”Skolresan” – och den börjar redan i förskolan. Ett av målen är att alla barn i kommunen ska få de bästa förutsättningarna för att medverka till en hållbar utveckling. Vaxmora förskola är självklart inget undantag. Här genomsystras verksamheten av ett hållbart perspektiv – från det lilla till det stora.

– Ju tidigare man börjar prata hållbarhet med barnen, desto större är chansen att de tar till sig beteendet genom hela livet. Till och med de allra yngsta på vår förskola vet hur viktigt det är att värna om naturens resurser. Barnen tar med sig sin kunskap hem och många familjer berättar att de nu har börjat källsortera, tack vare sina barn. Det vi gör på förskolan blir en positiv förändring i samhället, säger Elin Anderbalk som är tillförordnad rektor på förskolan.

Tack för besöket

I slutet av sopbilsbesöket får alla barnen en vattenflaska i återvunnen plast och en miljötratt. Mattias berättar att tratten ska användas för olja som blir över när man lagar mat. Om oljan hålls ut i diskhon kan det bli fettproppar som är både besvärliga och kostsamma. Med tratten kan man istället hålla över oljan i en flaska som man sedan försluter och lämnar till en återvinningscentral.

Pst! Hämta gärna en egen miljötratt hos SEOM på Knista Gårdsväg 12.



Framtidens miljöarbetare

Innan sopbilen ska dra vidare frågar Matilde 6 år om hon får sitta bakom ratten. Mattias säger att det tyvärr inte går men att hon gärna får ringa honom om 15 år, så ska han fixa ett jobb till henne som miljöarbetare.

När sopbilen backar ut och rullar vidare vinkar barnen och ropar:

– Hej då alla soporna!

Vad vill du lära de vuxna om avfall?



”Förut så blandade min pappa och mamma allt i samma soppåse. De skulle slänga el, men då sa ja stopp i sista sekund.”

Matilde, 6 år



”Om inte vi sorterar på förskolan så måste de sortera jättemycket när soporna kommer fram.”

Sigge, 6 år



”Man ska lägga maten i den bruna soptunnan. Då kan det bli gas sen.”

Léon, 4 år

Småskaligt in i minsta frö



Lilla odlingen är precis som det låter – en liten odling. Hit kommer kunderna ofta cyklandes längs grusvägen och när de lämnar har de korgen full av smakrika grönsaker och vackra blombuketter. Följ med på besök bland närodlat och nyskördat hos Sara Gyllstedt på Lilla odlingen i Södersätra.

Grönkål, morötter, rödbetor, rädisor...

...nu är skördetiden här och odlingsbäddarna fullkomligt svämmas över av säsongens gröna delikatesser. Trädgårdsmästaren Sara har varsamt planterat varje grönsak i samklang med naturen – helt utan bekämpningsmedel eller konstgödsel.

– Varje vecka under säsong plockar jag ihop en grönsakskasse som mina kunder kan beställa och hämta upp på odlingen. Jag skördar alltid grönsakerna samma dag som de ska hämtas, för att de ska smaka som allra godast och hålla sig fräscha länge, säger Sara.

Blågult i buketten

På Lilla odlingen växer även en färgsprakande mångfald av snittblommor som Sara plockar och sätter ihop till härliga trädgårdsbuketter. Att välja närodlat snittblommor är en hållbar handling, enligt Sara.

– I Sverige importerar vi besprutade blommor istället för att använda det vi har. Många snittblommor som du köper i butik har fraktats långt med flyg från till exempel Afrika. Välj istället svenska blommor efter säsong. Nu under hösten är till exempel Dahlia, Rosenskära och Lejongap väldigt vackra att ha hemma.



Jag vill inspirera till att äta mer grönsaker när de smakar som bäst och njuta av blommor när de är som vackrast.

– Sara Gyllstedt

Intresset för närodlat föddes på andra sidan jordklotet

Som yngre studerade Sara till näringsfysiolog med framtidsplanen att jobba med barns matvanor. Under sitt masterprogram i Nya Zeeland kom hon i kontakt med småskalig odling för första gången. Hon provjobbade på olika "market gardens", där man odlar grönsaker i fasta bäddar och säljer direkt till konsumenten. Sara upplevde hur meningsfullt det var att få skörda egna grönsaker, odlade med största omsorg för djur och natur. Hennes nyfikna intresse växte snart till en passion.

– Jag blev fast i grönsaksodlandet och återupptog aldrig min utbildning. Min tid i Nya Zeeland fick mig att inse att det behövs fler småskaliga odlare för att göra världen bättre.

En verksamhet slår rot

Väl hemma i Sverige igen jobbade hon några år på Rosendals trädgård och Ulriksdals värdshus. Under sin föräldraledighet våren 2021 vågade hon äntligen ta steget och starta sin egen verksamhet. Lilla odlingen anlades på en bortglömd äng i ett vackert naturreservat i Södersätra, på mark som Sara arrenderar av Sollentuna kommun.

– Det är en liten odling på 800 kvadratmeter där jag odlar grönsaker och blommor i fasta bäddar utan att plöja eller gräva i marken. Allt som odlas säljer jag sedan till



70%

VATTEN

Så mycket kan du spara med droppbevattning, jämfört med vanlig vattenslang.

Källa: Granngården

Sara tipsar!

Mitt tips på hur man kan ta tillvara på grönsaker som håller på att bli dåliga är att steka dem i citron, olja och salt i stekpannan. Ett enkelt och gott tillbehör till nästan allt på din tallrik!

människor i närområdet, helt utan mellanhänder. Jag bjuder även in till visningar, kurser och workshops.

Hållbarhet i varje droppe

Varje år sponsrar SEOM en utvald skara av eldsjälar som på olika sätt bidrar till ett mer hållbart Sollentuna. I år är Sara en av sponsortagarna och projektet hon sökt bidrag för är att installera droppbevattning på sin odling för att minska vattenförbrukningen.

– Droppbevattning är ett smart bevattningssystem som ger precis rätt mängd vatten till odlingar. Vattnet droppas långsamt vid växternas rötter med hjälp av olika slangar. På så sätt används så lite vatten som möjligt med minimal avdunstning. Det är det mest hållbara sättet att vattna, både vad gäller tid och vattenåtgång.

En blomstrand framtid

Sara drömmer om att med åren bygga upp en ekologisk community kring Lilla odlingen. Här vill hon skapa en plats dit människor kan komma för att odla, skörda och inspireras till en hållbar livsstil. Att se sin egen dotter tulta runt med vattenkanna bland grönsakslanden har även väckt idén om att så småningom öppna upp en barnverksamhet som bjuder in förskolegrupper på besök.

– Jag vill visa barnen hur maten blir till. Ge dem chansen att så ett frö, se det växa till en planta och sedan skörda sina egenodlade grönsaker. Det är världens bästa känsla.

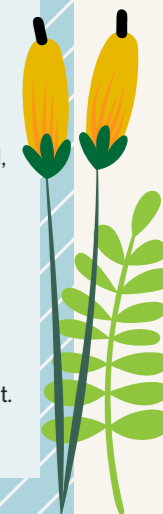
Ta hand om dina växter – även när de vissnat

Börjar det bli dags att fixa fint på balkongen eller i trädgården inför hösten?

Då kan vi passa på att tipsa om hur du slänger jord och blommor på bästa sätt. Vissna krukväxter ska sorteras som trädgårdsavfall medan vissna eller avklippta blommor och blad från inomhusväxter går lika bra att slänga bland ditt matavfall, så länge du tar bort jorden.

Små mängder jord kan du slänga direkt i hushållssoporna, medan stora mängder jord ska lämnas in på återvinningscentralen. Där sorteras den som matjord och sand.

Invasiva växter ska alltid hanteras separat. Läs mer på sorab.se



En mobil återvinningscentral på turné

Vi vill att det ska vara enkelt att återvinna sitt avfall. Därför har vi en mobil återvinningscentral som fungerar precis som en vanlig – men i mindre och smidigare format.

Släng ditt avfall på MÅVC

På SÖRABs mobila återvinningscentral (MÅVC) kan du lämna i stort sett allt som du kan lämna på de vanliga återvinningscentralerna. Här finns uppskyttade behållare för olika typer av material som gör det enkelt för dig att sortera rätt. Självklart finns det personal som gärna hjälper till och en kemist som tar emot ditt farliga avfall.

En plats för alla

Det här är en tjänst som främst är till för dig som inte har möjlighet att ta dig till någon av SÖRABs stationära återvinningscentraler. Men också för dig som snabbt och smidigt vill slänga mindre mängder avfall.

– Vi säger inte nej om du kommer med bil, men har du släp hänvisar vi istället till någon av våra vanliga återvinningscentraler. Vi vill att vår MÅVC ska vara en plats som räcker åt alla, säger Josefin Pucher, Insamlingschef på SÖRAB.

Håll utkik!

MÅVC:n stannar regelbundet i Norrviken, Kärrdal, Tegelhagen, Rotebro och Tureberg och håller öppet i tre timmar vid varje tillfälle. På seom.se kan du se vilka dagar och tider som den gör besök i ditt område.



DET HÄR KAN DU LÄMNA PÅ DIN NÄRMASTE MÅVC

- Brännbart men inte restavfall
 - Mineralull, porslin, keramik
 - Metall
 - Textilier och kläder till återvinning
 - Trädgårdsavfall
 - Glas, färgat och ofärgat
 - Pappers- och plastförpackningar
 - Wellpapp
 - Farligt avfall
 - Vatten- och lösningsbaserad färg
 - Elektronik (max 60x60cm)
 - Ljuskällor
 - Små- och blybatterier
 - Mindre saker till återbruk (bland annat böcker, husgeråd, leksaker)
- Detta bör istället lämnas till en vanlig återvinningscentral:**
- Impregnerat trä
 - Asbest
 - Däck
 - Vitvaror
 - Sten
 - Jord
 - Betong
 - Övrig elektronik

TURLISTA MÅVC 2022

Rotebro (Ragnar Lundqvists väg)	Kärrdal (Lomvägen, skolans parkeringsplats)	Norrviken (Rättviksvägen, nära nummer 5)
9 oktober kl 11:00 – 14:00	29 oktober kl 11:00 – 14:00	20 oktober kl 16:30 – 19:30
6 november kl 11:00 – 14:00	26 november kl 11:00 – 14:00	17 november kl 16:30 – 19:30
4 december kl 11:00 – 14:00		15 december kl 16:30 – 19:30

Skanna QR-koden eller gå in på seom.se för att ladda ner hela turlistan.



Kundtjänst svarar



Hur går jag tillväga för att ladda min bil på SEOMs laddstationer?

Att ladda bilen på våra laddstationer är enkelt. Installera SEOM-appen på din mobil, där ser du var i Sollentuna våra laddstationer finns och om någon laddstolpe tillfälligt skulle vara ur funktion. I appen sköter du enkelt din betalning, du ser hur mycket du betalt, hur mycket du laddat och hur du kommer i kontakt med vår support.

KÖP LADDBOX FRÅN OSS

Anmäl intresse på seom.se – vi installerar boxen och hjälper dig att komma igång.

Elsmarta tips inför vintern

Hur fungerar effekttaxa för el?

SEOM Elnät tillämpar en effekttaxa dagtid på vardagar. Därför är det billigare att använda el på helger och nattetid mellan klockan 19–07. Syftet är att vi tillsammans ska jämna ut belastningen på elnätet över dygnet. Effekttaxan uppmuntrar till att styra den elförbrukning som kan styras till tider då belastningen på elnätet är mindre. Till exempel kan du kanske vänta med att ladda elbilen eller tvättmaskinen till efter klockan 19 på kvällen.

Vad kan jag göra för att spara el i vinter?

Steg ett är att bli medveten om din elanvändning. När använder du elen och vad förbrukar mycket el i ditt hem? Finns det några eldrivna bekvämligheter du kan tänka dig att vara utan eller minska ned på som till exempel hårtork, golvvärme och torktumlare? Du kan även göra stor skillnad genom att se över din varmvattenanvändning. Kanske kan du ta en kortare dusch eller byta till ett vattensparande duschmunstycke.

Om du bor i ett eluppvärmt hus är det uppvärmningen som förbrukar mest el

i hushållet. Din elförbrukning ökar med ungefär 5 procent för varje grad. Därför kan det även vara klokt att sänka inomhustemperaturen med någon grad och satsa på ett par sköna inomhustofflor.

Vad är bäst – bundet eller rörligt elavtal?

Det finns fördelar och nackdelar med de olika avtalsformerna, vilket gör det svårt att ge en generell rekommendation.

Med rörligt elavtal tar du del av

både upp- och nedgångarna på marknaden. Enkelt uttryckt får du lägre elräkning när elen är billigare och betalar mer när den är dyrare.

Med ett fast elavtal betalar du samma elpris per kilowattimme under hela avtalsperioden. Det gör att du slipper oroa dig för chockhöjningar på elmarknaden, men kan även innebära att du betalar ett högre elpris under en längre tidsperiod.

Vad är ett timprisavtal?

Allt flera av våra kunder väljer timprisavtal. Timpris innebär att du betalar exakt så mycket elen kostar för den mängd el du använder varje timme. Alla kunder i Sollentuna har elmätare som kan mäta elförbrukningen per timme. Om du är medveten om din elanvändning och styr din förbrukning till timmar på dygnet då priset är lägre kan du spara pengar.

Mina Sidor

På seom.se kan du följa din elförbrukning timme för timme för att bli en mer medveten elkonsument.

Stort, tungt och besvärligt?

Inga problem, vi fixar det!

Vi hämtar grovavfall, trädgårdsavfall, elektronik och farligt avfall direkt från huset. Läs mer om våra tjänster nedan och på seom.se hittar du de senaste priserna och hur du går tillväga för att beställa.

Storsäck

Storsäcken är 1 kubikmeter stor med en maxlast på 1250 kilo och du kan välja om du vill fylla den med grovavfall eller trädgårdsavfall. Beställ storsäcken och ha den under valfri period. När du är klar bokar du enkelt hämtning av säcken.

Hämtning av grovavfall

Grovavfall är restavfall som inte får plats i det vanliga kärlet och som inte går att återanvända eller skänka bort. Från småhus hämtar vi grovavfall från tomten. Från flerbostadshus hämtas grovavfall i särskilda kärl som kan beställas från oss.

Hämtning av elavfall

Elektronik, lampor, sladdar och liknande kan innehålla farliga ämnen som våra värmeverk inte vill ha in. Bor du i småhus kan du samla ditt elavfall i en röd box som du kan köpa från oss. Flerbostadshus kan hyra en rullbur för att samla elavfall.

Hämtning av farligt avfall

Farligt avfall kan skada människor och miljö och bör därför sorteras ut och lämnas in separat. Bor du i småhus kan du samla mindre mängder av ditt farliga avfall i den röda boxen som du kan köpa från oss.

Hyr en container

Vi erbjuder olika storlekar på containers, beroende på vilket avfall du vill slänga.

BESTÄLL STORSÄCKEN

och bli enkelt av med ditt grov- eller trädgårdsavfall.



Det är lätt att göra rätt

- och vi hjälper dig på traven!

1.

Sortera ut och lägg ditt matavfall
i den bruna påsen

2.

Släng påsen i det bruna kärlet

3.

Klart! Du är nu med och bidrar
till en mer hållbar jord

Har dina
matavfallspåsar
tagit slut?

Då kan du hämta fler
utanför vår reception på
Knista gårdsväg 12 eller
på den mobila
återvinningscentralen.

seum

SOLLENTUNA ENERGI & MILJÖ