



Foto: Casper Just

# FÆLLES- SPISNING MOD MADSPILD

VÆRTSHÅNDBOGEN



FOLKEKIRKENS  
NØDHJÆLP  
actalliance

# Tak fordi I sætter madspild på menuen

På verdensplan bliver 1/3 af alt den mad, vi producerer, spildt. Samtidig sulter flere end 800 millioner mennesker verden over. De valg, vi tager herhjemme, har konsekvenser globalt. Produktionen af mad står for op mod 30% af klodens samlede udledning af drivhusgasser – og når mad går til spilde, så rammer vi både os selv og de mest udsatte i verden.

Klimaforandringer har ramt Afrika med ekstrem tørke, mangel på vand og fødevarer, så mere end 37 millioner mennesker på Afrikas Horn har brug for fødevarehjælp.

## Stærkere sammen i kampen mod madspild

I september lader vi maden, bordet og fællesskabet blive samlingspunkt for håb og handling. I markering af FN's internationale madspildsdag, spirer fællesspisninger frem rundt i landet i uge 39. Her vil danskerne se fremad og lære nye teknikker – fra naboen og fra verden omkring os – til at bekæmpe madspild og sult.

I denne værtshåndbog har vi samlet nogle forslag til, hvad I kunne have brug for til at arrangere jeres egen fællesspisning, der sætter madspild i et globalt perspektiv.

Alle aktiviteterne i denne håndbog kan håndplukkes efter lyst og behov. Det vigtigste er, at vi sammen sætter fokus på madspild gennem det gode værtskab, maden og fællesskabet. Brug materialet igen og igen lokalt, i sognet, skolen eller derhjemme.

Alle materialer i denne folder kan I downloade og printe selv.



**Birgitte Qvist-Sørensen**  
Generalsekretær, Folkekirkens Nødhjælp



## Værtshåndbogen

Nu er tiden kommet til at arrangere jeres egen fællesspisning.

Vi har gjort det let for jer at række ud til deltagere med vores **invitationskabelon**. Den kan I udfylde, hænge op eller sende ud digitalt. Vil I nå endnu bredere ud med jeres fællesspisning, har vi udarbejdet et **pressekit**. Her har vi samlet opslag, som I kan dele på Facebook og en pressemeddelelse til den lokale avis.

I kan hente alt vores kommunikationsmateriale her.

[www.noedhjelp.dk/madspild/bekaemp-madspild/aktiviteter](http://www.noedhjelp.dk/madspild/bekaemp-madspild/aktiviteter)



## Maden

Der er mange måder at få resterne i spil - måske det lokale supermarked vil donere deres overskudsmad til fællesspisningen. I kan også prøve vores 'Tøm køleskabet koncept'. Er der ikke mulighed for at lave mad sammen, kunne et sammenskudsgilde være løsningen. I kan finde alle vores madlavningstips, der sætter madspild på menuen her:

[www.noedhjælp.dk/madspild/bekaemp-madspild/aktiviteter](http://www.noedhjælp.dk/madspild/bekaemp-madspild/aktiviteter)

Er I allerede rutinerede fællesspisere med menuen på plads, så er I godt på vej – og kan hoppe videre til det gode værtskab på næste side

### Tøm Køleskabet

Det er ikke altid, at et halvt spidskål ser ud af meget i køleskabet, men i fællesskab er vi stærkere. Inviter deltagerne til at medbringe deres rester fra køleskabet – og lad madlavningen gå op i en højere enhed sammen. Vi har sørget for inspiration til madlavningen – men det er kun fantasien, der sætter grænser.

### Cambodianske Stegte Ris - Den ultimative madspildsret

Vi har meget at lære af hinanden, når det kommer til madspild. I Cambodia har stegte ris – eller 'fried rice' - været familiers foretrukne ret til at få bugt med alverdens rester. Kokken Jesper Vollmer har besøgt landet og udviklet en dansk version af de stegte ris. Retten tager udgangspunkt i, hvad man typisk finder i køleskabet. Til august vil I kunne bestille vores knækris, som er de ris, der normalt bliver sorteret fra i produktionen, her. Det er naturligvis gratis.



## Det gode værtskab

Når det praktiske er på plads, er det tid til at nyde maden, fællesskabet og det gode værtskab. Vi har gjort det nemt at sætte madspild i et globalt perspektiv og sende deltagerne hjem med konkrete redskaber til at begrænse madspild.

Alle vores aktiviteter rundt om bordet kan downloades her:

[www.noedhjælp.dk/madspild/bekaemp-madspild/aktiviteter](http://www.noedhjælp.dk/madspild/bekaemp-madspild/aktiviteter)



### Samtalemenu

Sæt samtale på menuen om SULT, MADSPILD, HÅB og HANDLING, der får gang i snakken rundt om bordene. Som 'forret' indledes med temaet sult og spørgsmålet, om vi værdsætter maden nok? Som 'hovedret', hvordan vi kan holde fast i håbet? Og fællesspisningen slutter med overvejelser om, hvordan vi handler til gavn for verden som 'dessert'. Samtalemenuen kan nydes i vilkårlig rækkefølge, kræver ikke en tre-retters middag og fungerer udmærket med blot én ret mad på bordet. Indled samtalen med en fællessang. Vi anbefaler 'Alle gode gaver, de kommer oven ned' eller 'Herre din jord giver mad nok til alle'. I kan også hente vores Jubilæumssang 'Du spør mig om håbet' her:

[www.noedhjælp.dk/vaer-med/100aar/jubilaeumssang](http://www.noedhjælp.dk/vaer-med/100aar/jubilaeumssang)

### Video: Madspild og klimaforandringer i Cambodia

Lad samtalen inspirere af vores videomateriale fra Cambodia. Vi har undersøgt hvordan madspild, klimaforandring og sult hænger sammen globalt, og hvordan vi sammen kan hjælpe hinanden i kampen mod madspild. TIP: videoerne passer godt som oplæg til samtalemenuen.

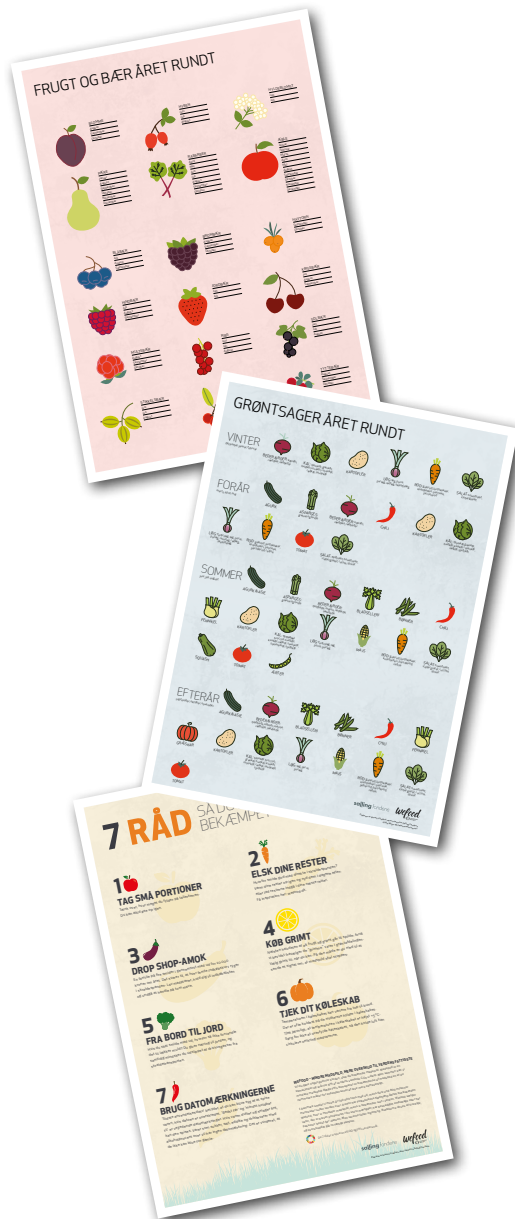
[www.noedhjælp.dk/madspild/bekaemp-madspild/aktiviteter](http://www.noedhjælp.dk/madspild/bekaemp-madspild/aktiviteter)

### Spil kort mod madspild

Test jeres madmod og se, hvor langt I er villige til at gå for at bekæmpe madspild. Med en humoristisk tilgang kan spillet 'Tøm Køleskabet' skabe sjov og refleksion rundt om bordet for alle aldre. Her skal I sammen lave en række håndmadder på bordet. Man får point ved at gætte, hvilke håndmadder smagsdommerne bedst kunne tænke sig at sætte tænderne i, og hvilken de absolut ikke synes om! Download en print selv-version af spillet

[www.noedhjælp.dk/madspild/bekaemp-madspild/aktiviteter](http://www.noedhjælp.dk/madspild/bekaemp-madspild/aktiviteter)





## Fra fællesspisning til handling

Slut fællesspisningen af med en indsamling til verdens mest udsatte, der er ramt af de klimaforandringer, som blandt andet madspild forårsager. I kan bruge vores kollekt-materiale med fokus på verdensmål 2 – SULT, som udgangspunkt for en indsamling. I kan også arrangere en digital indsamling. Vi har samlet masser af inspiration til gode aktiviteter, der kan struktureres om en digital indsamling. Alt vores inspirationsmateriale kan findes her:

[www.noedhjælp.dk/madspild/bekaemp-madspild/aktiviteter](http://www.noedhjælp.dk/madspild/bekaemp-madspild/aktiviteter)

### Gode råd til at bekæmpe madspild

Vil I sende gæsterne hjem med en pæn plakate til køleskabet og samtidig hjælpe klimaet ved at handle efter sæson? Plakaterne husker jer på, hvornår der er sæson for hvilke grøntsager og frugter og giver jer tips til at bekæmpe madspild. Find flere plakater og flyers til print selv - eller bestil trykte eksemplarer.

[www.noedhjælp.dk/madspild/bekaemp-madspild/aktiviteter](http://www.noedhjælp.dk/madspild/bekaemp-madspild/aktiviteter)

---

Har I brug for hjælp, sparring eller bare et godt råd med på vejen, kan I altid kontakte projektleder Casper Just på mail [caju@dca.dk](mailto:caju@dca.dk) eller tlf. 5060 2037

**Tak, fordi I er med til at sætte fokus på madspild og hjælpe verdens fattigste.**

Hjælp os med at vise, at Danmark står sammen i kampen mod madspild.

Del jeres billeder fra fællesspisningen ved at bruge **#nødhjælp**.