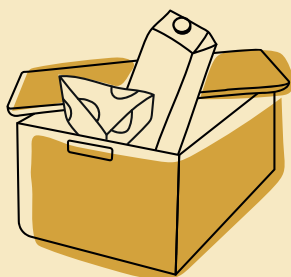
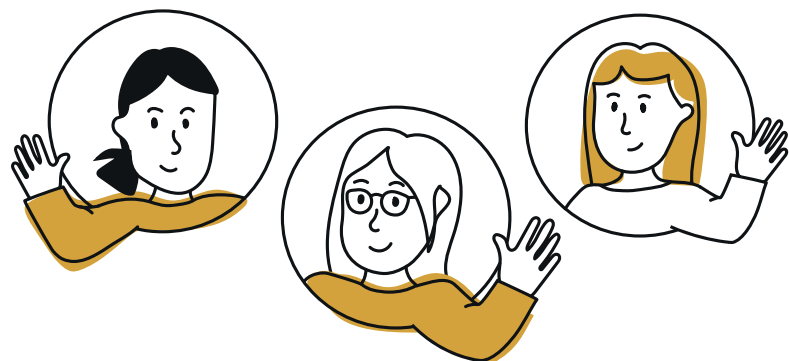


# omfördela mat

information och praktiska råd



svenska  
matbanksnätverket  
av ätbart



Författare: Julia Berglund, Li Kristjansdottir  
Formgivare & illustratör: Sofia Dellve  
© Ätbart för Svenska matbanksnätverket  
Utgivningsår 2023  
Första upplagan

# Innehåll

Förord .....	1
Svenska matbanksnätverket .....	4
Checklistor .....	5
Starta en matbank .....	5
Driva en matbank .....	7
<b>Praktisk information: Livsmedel</b>	
Livsmedelssäkerhet .....	10
Registrering, kylkedjan, säkra & osäkra livsmedel, ompaketering & produktinformation, allergier & preferenser, hygien, spårbarhet	
Samarbete med butiker och andra livsmedelsaktörer .....	15
Nytt samarbete, donationsavtal, goda relationer, upphämtning i butik, samarbeten med grossister & producenter	
<b>Praktiska råd: Sociala aspekter</b>	
Mottagare & socialt arbete .....	20
Mottagare, mottagarregister, hantering av mottagare, utlämning av matkassar, sociala matbutiker, servering, sociala verksamheter	
Volontärer, arbetsmiljö och synlighet .....	22
Rekrytering & hantering av volontärer, bra arbetsmiljö, uppmärksamma verksamheten, synlighet i butiker	
<b>Finansiering</b> .....	25
Söka ekonomiskt stöd, hitta lämplig lokal, kylar, frysar, backar och hyllor, transportfordon, övrigt material, anställa personal	

## Förord

Ungefär en tredjedel av den mat som produceras i världen blir aldrig uppäten. Matsvinn resulterar i förödande klimat- och miljöpåverkan vilket redan har direkt påverkan på människors liv. Var tionde världsmedborgare saknar tillgång till rent vatten. I länder där befolkningen redan lider brist på färskvatten så används det dyrbara vattnet också för att bevattna grödor - som sedan hamnar i våra soptunnor. Matsystemet och matsvinn leder till torra, utarmning av jordar och minskad biologisk mångfald, men även till sjukdomar och död. Det är svårt att inte känna sorg och frustration. Vi får fatta mod och styrka att förändra det vi kan.

Ätbart är en ideell förening som grundades 2019 i Skövde. Intentionen var att minska matsvinnet för en miljömässigt mer hållbar värld. Snart utökades dock ambitionen att även bidra till en mer socialt hållbar värld, genom att starta en omfördelande verksamhet som riktade sig till socialt utsatta. Av den anledningen startade Ätbart Mathjälpen i Skövde, Skara, Mariestad och Götene. Det är ingen överdrift att grundarna av Mathjälpen hämtade, packade, sorterade och delade ut livsmedel fjorton timmar om dygnet i flera månader. Idag rullar Mathjälpen i Skaraborg vidare utan Ätbarts aktiva insatser. De verksamheterna förser tusentals människor med fullgoda livsmedel och räddar flera ton mat varje år.

I arbetet med Mathjälpen drog Ätbart en viktig lärdom. Nämligen att nationellt stöd och tydlig information till och om matbanker saknades. Medan det i flera andra länder finns stöd-nätverk som samlar, kartlägger och agerar röstbärare åt matbanker fattades motsvarande i Sverige. Det ville Ätbart ändra på! Därför började Ätbart, med finansiering från Postkodstiftelsen och Västra Götalandsregionen, att driva Svenska matbanksnätverket i mars 2023. ●





## Svenska matbanksnätverket

I samband med lanseringen av Svenska matbanksnätverket, påbörjade Ätbart en omfattande kartläggning av matbanker (organisationer som omfördelar livsmedel till socialt utsatta) i Sverige. I december 2023 har vi funnit över tvåhundra bekräftade matbanker men det finns goda skäl att tro att siffran kommer att växa. I vårt nätverk ryms matbanker som driver sociala matbutiker, matkasseutdelningar och serveringar. Den gemensamma nämnaren är överskottsmat som omfördelas till välgörande ändamål. Nätverket anordnar digitala träffar månadsvis för erfarenhetsutbyte och samtal, skickar ut nyhetsbrev, samlar in nationell statistik och information, samt startar nya samarbeten mellan organisationer och matbutiker.

Kanske är vårt viktigaste uppdrag dock att lyssna till matbankernas berättelser. Sveriges civilsamhälle bär stora delar av klimatfrågan och tar socialt ansvar för dem som lämnats utanför: de är de främsta vittnena till det samhälle som pandemi, nedskärningar, inflation och krig lämnar i sitt kölvatten. Den här broschyren är till stor del ett resultat av matbankernas ihärdiga arbete och erfarenheter. För det vill vi säga tack.”

Informationen i broschyren är även baserad på Livsmedelsverkets olika riktlinjer och rekommendationer, EU:s direktiv för livsmedelsdonationer (2017), erfarenheter från att ha drivit Mathjälpen, samt praktiska tolkningar av lagar och regler som lokala livsmedelsinspektörer gjort som vi har samlat in från matbanker runt om i hela landet.

Bästa hälsningar,  
Li & Julia, kontaktpersoner för Svenska matbanksnätverket

# Checklistor

Vad behövs för att starta samt driva en matbank? Här finns övergripande information samt hänvisningar till Livsmedelsverket. Något som är oklart? Kontakta oss gärna!

## Starta en matbank



### Registrering av livsmedelsföretag

Vid hantering av livsmedel krävs registrering, även matbanker räknas in under livsmedelsföretag. Det bör göras minst 2 veckor innan verksamheten startar.

### En lämplig lokal

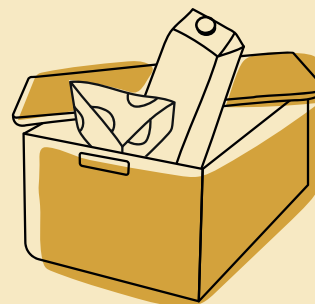
Lokalen bör till exempel gå att hålla ren, vara lätt att städa och ha plats för kylskåp och frysar. Det är önskvärt att det finns tillgång till kyl- eller frysrum, men vanliga kylskåp och frysar räcker. Det måste finnas möjlighet att tvätta händerna för att hålla god livsmedelshygien.

### Hitta butiker som vill donera sitt överskott

Börja med att ta reda på om det finns någon butik i närheten som vill donera sitt överskott. Om butikerna redan donerar till någon annan matbank, kan ni undersöka ifall ni skulle kunna vara med och driva matbank tillsammans. Ätbart samverkar med flera livsmedelsaktörer, gör en intresseanmälan på vår hemsida ifall ett nytt samarbete med butik söks.

### Tillgång till transportfordon

Det går bra att använda vilka fordon som helst för transport, så länge det kan ske på ett livsmedels-säkert sätt. Det är viktigt att fordon för transport och behållare med livsmedel hålls rena, att maten inte kontamineras och att kyllådor (vid behov) kan få plats.



### Kassar

Papperskassar eller annan typ av flergångskassar för att packa i, som också hålls rena.

### Kyllådor

För att hålla kylkedjan intakt bör varor packas i kyllådor vid transport, särskilt i varmt väder. För mindre och kortare transporter kan det ibland räcka med en isolerad låda med kylklamp för att de kylda livsmedlen ska hållas tillräckligt kalla. Kolla med butikerna om de kan packa direkt i dem istället för andra backar.

### Plastpåsar, papper samt övrigt material

Detta kan behövas för ompaketering av livsmedel. Det finns olika regler för det.

### Plast-, arbetshandskar & städmaterial

Dessa saker är bra att ha för god hygien och arbetsmiljö. Det är dock viktigt att plasthandskar används på rätt sätt och att alltid ha god handhygien oavsett.

### Termometer och våg

För att se till att maten som omfördelas är säker att äta, kan det vara bra att ha en IR-termometer för kontroller. En våg är bra att ha för att kunna rapportera ungefär hur mycket mat som tas om hand, samt vid eventuell ompaketering.

### Kolla även följande sidor på Livsmedelsverkets hemsida:

- Registrera företag
- Livsmedelsföretag, livsmedelsföretagare och livsmedelsanläggning
- Lokaler, hygien och företagens egen kontroll
- Kontrollwiki: Transport
- Kontrollwiki: Temperatur
- Personlig hygien



# Driva en matbank



## Kontakt med livsmedelsaktörer

Flertalet matbanker understryker vikten av goda relationer och tydlig kommunikation med livsmedelsföretagen. Läs mer i avsnittet **Samarbete med butiker och andra livsmedelsaktörer.**

## Upphämtning av osålda livsmedel

Kom överens med butiker om tider och plats för upphämtning, samt ifall ni ska ringa innan. Läs mer i avsnittet **Samarbete med butiker och andra livsmedelsaktörer.**



## Rekrytera och håll kontakt med volontärer

Se till att det finns tillräckligt med volontärer för att hinna med allt som ska göras. Planera scheman tillsammans. Läs mer i avsnittet **Volontärer, arbetsmiljö och synlighet.**

## Nå ut till mottagare

Besluta hur ni har kontakt med mottagare och hur ni når ut till personer i behov av mat. Läs mer i avsnittet **Mottagare och socialt arbete.**

## Sortering, packning och utlämning

Kom överens om hur ni vill sortera maten innan packning och gå igenom vad som kräver kyl eller frys. Se till att allt sker med god hygien och att kylkedjan inte bryts. Sätt upp ett system för hur kassarna packas med hänsyn till preferenser och allergier. Bestäm hur och när utlämningen sker. Läs mer i avsnittet **Livsmedelssäkerhet.**

## Register över mottagare

Tänk på att hantera personuppgifter med fokus på personlig integritet, och inte sprida information om mottagare. Ofta är det endast de som har ansvar för verksamheten som har tillgång till denna information. Läs mer i avsnittet **Mottagare och socialt arbete.**

## Roller och ansvarsfördelning

Gå igenom vilka uppgifter som finns och bestäm hur de fördelas. Se till att alla som hanterar mat har grundläggande kunskaper om livsmedelshantering. Läs mer i avsnittet **Volontärer, arbetsmiljö och synlighet.**

## Spårbarhet

Givarorganisationen (till exempel butiken) har ansvar för att spårbarheten förs vidare ett steg framåt i kedjan, det vill säga, till matbanken. Matbanken däremot har endast krav på spårbarhet bakåt i kedjan, d.v.s. vad de har mottagit från butiken. Kravet på spårbarhet ett steg framåt gäller inte när det är slutkonsumenten som är nästa steg. Läs mer i avsnittet **Livsmedelssäkerhet.**

## Kylkedjan

För att maten ska vara säker att äta, tänk på att inte bryta kylkedjan i yttersta mån. Läs mer i avsnittet **Livsmedelssäkerhet.**

## God livsmedelshygien och livsmedelssäkerhet

Säkerställ att varorna är tjänliga och hanteras med god hygien samt att lokalen och förpackningarna hålls rena. Läs mer i avsnittet **Livsmedelssäkerhet.**



# Praktisk information: Livsmedel

Här kan du hitta praktisk information för att starta, driva eller utveckla en matbank på ett livsmedels-säkert och effektivt sätt.



## Livsmedelssäkerhet

Här kan du hitta information om livsmedelssäkerhet.

### Registrera livsmedelsföretag

Vid hantering av livsmedel krävs registrering, även matbanker räknas in under livsmedelsföretag. För att omfördela livsmedel direkt till konsumenten ska ni registrera er verksamhet hos kommunen där ni driver er verksamhet. Det bör göras minst 2 veckor innan verksamheten startar. **Kontakta kommunen**, oftast miljö- och hälsoskyddsförvaltningen. Där kan ni få en blankett och det är där ni ska lämna er anmälan. En avgift tas ut för registrering. De kan även hjälpa till med rådgivning gällande livsmedelssäkerhetsfrågor. Svårt att hitta rätt? Kontakta oss i så fall!

#### Mer information

Livsmedelsverkets hemsida:

- Registrera företag
- Livsmedelsföretag, livsmedelsföretagare och livsmedelsanläggning

### Kylkedjan

För att säkerställa kylkedjan, krävs att maten hålls kyld hela vägen från butik till slutmottagare. Det kan göras genom att använda kyllådor, ifall tillgång till kylbil saknas. För korta transporter kan kylklampor användas. Kyllådor håller en säker temperatur i upp till 4 timmar, men gör gärna temperaturmätningar för att hålla koll, särskilt under sommaren. Notera också att det kan variera mycket mellan olika kyllådor hur länge de håller temperaturen. En sort som vi rekommenderar är **“SDX Thermobox Future S 46 TF. GN 1/1”**, som har 46 liter i volym. Den är även bärbar, staplingsbar och tålig samt håller temperaturen bra i ca 4 timmar.

För att hålla god livsmedelssäkerhet rekommenderas att låta känsliga varor såsom kött att vara kylt så länge som möjligt fram till utlämning. Packa därför ner dessa varor så sent som möjligt och gärna ihop med andra kyl- eller frysvaror. Om kylrum finns, ställs hela de färdigpackade kassarna med fördel där i väntan på hämtning

#### Mer information

Livsmedelsverkets hemsida:

- Kontrollwiki: Transport
- Kontrollwiki: Temperatur

## Säkra och osäkra livsmedel

Matsvinn är fullvärdiga livsmedel som slängs helt i onödan. Dock är det viktigt att alltid tänka på hur ni hanterar livsmedel för att upprätthålla livsmedelssäkerheten.

Undersök maten (kolla datum, förpackning m.m.) ni får från livsmedelsaktörer när maten kommer in. Sortera bort allt som kan innebära att varorna inte är säkra, t.ex. får **varor som passerat sista förbrukningsdag aldrig delas ut eller säljas**. Varor som passerat bäst-före-datum får däremot, på egen risk, både skänkas och säljas.

### Mer information

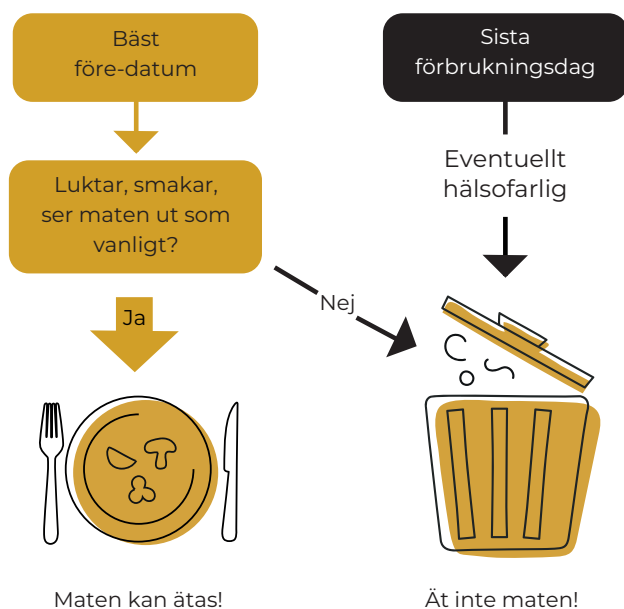
Livsmedelsverkets hemsida:

- Hantering och förvaring
- Vad betyder datummärknigen?

Ge era mottagare tydlig information. Förklara att de alltid måste lukta och känna på maten innan de smakar och sedan äter. Ni har skyldighet att ge denna information. Berätta även att många livsmedel håller betydligt längre i låga temperaturer.

För rekommendationer kring känsliga varor som inte bör hanteras av matbanker hänvisar vi till interna riktlinjer hos butikskedjorna, samt till en handbok för livsmedelsdonationer framtagen av IVL Svenska miljöinstitutet och Sveriges stadsmisioner. När den finns tillgänglig kommer den att finnas på Åtbarts hemsida. Handboken riktar sig primärt till butiker eller andra donerande organisationer.

### Vad gör jag med maten efter passerat datum?



## Brutna förpackningar, ompaketering och produktinformation

Om ni vill paketera om maten i mindre förpackningar så måste mottagaren få tillgång till rätt produktinformation (tillagningssätt, bäst-före-datum, ursprungsland). Enligt lagen har mottagare av matkasse samma rättighet till information som "vanliga kunder" i affären. Tänk på att använda handskar och ha god hygien. **Färs- och kylvaror ska aldrig ompaketeras, inte heller kött-, fågel- och fiskprodukter**, på grund av de risker som finns med ompaketering. Omfördelad mat ska hålla samma kvalitet som köpt mat. Här är ett par tips på hur ni kan säkerställa att mottagarna får rätt produktinformation:

- Kopiera ursprungsetiketten på paketet och lägg ner en ny etikett i varje påse.
- Fota innehållsförteckningen och skicka bilden till alla mottagare som tilldelas matkassen (detta förutsätter att ni har en lista över mottagare med kontaktuppgifter tillgängliga).
- I de fall mottagarna kommer in i lokalen för att hämta livsmedel/matkassar kan en större lapp placeras synligt på lämplig plats. I de fall mottagare har en telefon kan informationen fotas av på plats. I de fall mottagare behöver stöd av tolk kan denna översätta informationen på plats.

Frågor rörande detta är något som går utmärkt att ställa till livsmedelsinspektören. De besitter all nödvändig kunskap för att kunna förmedla hur ompaketering kan ske på ett säkert och regelrätt sätt

### Mer information

Livsmedelsverkets hemsida:

- Ompackning och ommärkning

## Effektiva packningssystem för matkassar med hänsyn till allergier och preferenser

De inkomna varorna kan sorteras på olika sätt, t.ex. efter kategori och/eller "hårdhet" (d.v.s. i vilken ordning de ska packas i kassarna).

För att hålla koll på vilka matkassar som ska innehålla vad går det givetvis att göra på olika sätt. En del använder färgkodning för att signalera till exempel vegetarisk kost. En del har till exempel olika typer av kassar för olika matpreferenser. Willys-kassar med inga särskilda preferenser och ICA-kassar med vegetariskt. För att göra det tydligt kan kassarna ställas i olika grupper, om det finns plats i lokalen. Innan packningen börjar kan det vara bra att gå igenom hur många av varje sorts kasse som ska packas för dagen.





## Hygien

Plasthandskar, arbetshandskar och städ-material är viktigt att ha för god hygien och arbetsmiljö. Det är dock viktigt att plasthandskar används på rätt sätt och att god handhygien alltid upprätthålls. Lokalen ni använder ska vara ren, lätt att städa och det måste finnas möjlighet att tvätta händerna och skölja av kärl och backar för att hålla god livsmedelshygien. Under transport av livsmedel så är det som nämnts viktigt att inte bryta kylkedjan, men även att se till att behållarna är rena och att maten inte kontamineras.

När en verksamhet är registrerad som ett livsmedelsföretag görs kontroller, där kontrollanter också kommer att uppmärksamma er på eventuella brister. Om det finns osäkerhet och funderingar så kan ni även fråga dem.

### Mer information

Livsmedelsverkets hemsida:

- Personlig hygien
- Lokaler, hygien och företagens egen kontroll
- Kontrollwiki: Transport



## Spårbarhet

Spårbarhetskrav finns för att kunna säkerställa god livsmedelskvalitet och säkerhet samt kunna spåra varor vid produktlarm. Enligt EU-lagstiftning så har alla livsmedelsföretag skyldighet att se till att det finns spårbarhet för livsmedel som säljs, doneras eller omfördelas. För en matbank betyder det i regel att det bör finnas information om vilka livsmedel som har tagits emot. Be givarorganisationerna att skicka med följesedel tillsammans med de donerade livsmedlen, samt produktlarm. Det finns i nuläget ingen lag som beskriver exakt hur systemet för spårbarhet ska vara utformat eller hur omfattande det behöver vara. Därmed kan det anpassas utifrån verksamhetens omfattning och komplexitet. Kommunens livsmedelsinspektör blir den i slutändan som tolkar lagstiftningen att omsättas i praktiken för de specifika förutsättningarna.

Butikerna är skyldiga att ha spårbarhet för livsmedel ett steg framåt och ett steg bakåt i kedjan, det vill säga ha information om varifrån livsmedel kommer och vart de har levererats. Kravet på spårbarhet ett steg framåt gäller inte när det är slutkonsumenten som är nästa steg. Därmed är det viktigt att veta att ifall er verksamhet samarbetar med andra organisationer, där ni skänker vidare mat till dem, så gäller andra regler för spårbarhet. **Kontakta oss gärna för rådgivning kring spårbarhet, då det kan variera vad som gäller beroende på situation.**

### Mer information

Livsmedelsverkets hemsida:

- Kontrollwiki: Spårbarhet
- Sök efter "EU:s riktlinjer för livsmedelsdonationer" online.



## Samarbete med butiker och andra livsmedelsaktörer

Här kan du få praktisk information angående samarbeten med butiker.



### Nytt samarbete

Om ni vill **starta ett nytt samarbete med en butik, kontakta oss!** Åtbart har strategiska samarbeten med flera aktörer och för kontinuerlig dialog för att samverka med fler och kunna hjälpa till att matcha butiker och matbanker. På vår hemsida [www.atbart.org/svenska-matbanksnatverket](http://www.atbart.org/svenska-matbanksnatverket) är det möjligt att fylla i ett formulär för intresseanmälan. Butikskedjorna som går att välja i formuläret är de som vi för tillfället har möjlighet att matcha er med. Svårt att hitta formuläret? Mejla oss på [donation@atbart.org](mailto:donation@atbart.org).

För butikskedjor och andra livsmedelsaktörer som Åtbart inte samverkar med, så gäller för tillfället att ta kontakt på egen hand. Kontakta butikschefen eller annan ansvarig och fråga om de skulle kunna tänka sig att donera sitt överskott för omfördelning. Berätta vad ni är för organisation eller vad som har drivit er att starta en matbank, samt vilka era mottagare är. Fråga om ungefärliga volymer och säkerställ att det finns kapacitet att ta emot maten. **Berätta att ni är medlemmar i Svenska matbanksnätverket och att de gärna får kontakta oss.**

### Donationsavtal

För samarbeten med de butikskedjor som Åtbart samverkar med så finns färdiga mallar för donationsavtal. Åtbart ser till att avtalsskrivningen går smidigt, och vi finns tillgängliga för frågor och stöd. Även övriga butiker och aktörer vill ofta ha skriftliga donationsavtal, men det kan variera mellan butikskedjor, specifika butiker och aktörer. Vi rekommenderar att ha ett skriftligt avtal för att förtydliga donationsarbetet. **Kontakta oss gärna för rådgivning och mallar!**

- Dagar och tider för upphämtning. Rutin för hur det går till. Var hämtas maten? Ska upphämtaren ringa innan ankomst?
- Ansvar för livsmedel. I regel tar matbanken över ansvaret för livsmedelssäkerheten vid donation.
- Specifikation eller lista på vad som inte kan doneras. Till exempel livsmedel som passerat sista förbrukningsdag ska **aldrig** doneras av butiken.
- Kontaktpersoner

### Goda relationer

Tänk på att det är ett samarbete, ni gör dem en tjänst precis som de gör er en tjänst. Tveka inte att ta lite tid för småprat eller att ge feedback ifall något inte fungerar. En del matbanker har möten med butikerna som de får donationer från en gång om året, eller vid behov, för att stämma av hur samarbetet fungerar och ifall något kan bli bättre.



## Upphämtning i butik

Antingen brukar butikerna släppa in upphämtarna så att de kan gå och hämta maten där den förvaras, eller så möter någon från butiken upphämtarna vid lastkajen och lämnar över maten där. Om det är möjligt så lägger butiken ner alla livsmedel med krav på kylförvaring i kyllådor så ni slipper packa om, men hur detta läggs upp kan givetvis bero på olika typer av förutsättningar. Exempelvis kan butikerna ha kyllådor på plats på trallar, som kan rullas ut vid upphämtning och ersättas med tomma. Tänk därför på att det är bra att ha dubbla uppsättningar med kyllådor och backar. Det är bra ifall kyllådor och backar förvaras på vagnar med hjul, dels för att minska risken för skadedjursangrepp och dels för att det är bättre ergonomiskt vid upphämtning.



Om möjlighet finns, så är det bra att ha en liten lastbil som är höj- och sänkbar, för smidigare lastning. Kom ihåg:

- Kom överens om kontaktpersoner och se till att ha deras mobilnummer.
- Om ni ska komma in och hämta på egen hand, se till att ha koden till ingången.
- Var medvetna om att det kan vara halt vid lastkajen.
- Lådor och backar bör även rengöras regelbundet för att upprätthålla god livsmedelshygien.

Butiken bör förvara livsmedel (med krav på kylförvaring) som ska doneras i kylrum, förslagsvis uppdelat på tre olika avställningsytor, en för kött och mejeri, en för frukt och grönt, och en för torrvaror. Det är smidigt ifall allt är samlat på ett ställe (i mån av plats) och att det är tydligt uppmärkt, både för butikens och upphämtarens skull. Det är viktigt att butikens anställda känner till att butiken donerar. Om tid och intresse finns så kan ni erbjuda att ni kommer dit någon gång och berättar om er verksamhet, det har matbanker sett positiva effekter av, t.ex. i form av ökade donationer. Ni kan också fråga om ni kan få sätta upp information om er verksamhet både i personalrum och butik. Om ni har frågor om det, kontakta oss gärna!



### Information om samarbeten med grossister, producenter och övriga livsmedelsaktörer

I nuläget så hänvisar Ätbart till handboken framtagen av IVL Svenska miljöinstitutet och Riksföreningen Sveriges stadsmissioner för mer information och kunskap kring detta. Den distribueras på Ätbarts hemsida. Svårt att hitta den? Kontakta oss gärna så kan vi assistera!



## Praktiska råd: Sociala aspekter

Här kan du hitta praktiska råd för att på ett etiskt och tryggt sätt starta, driva eller utveckla en välkomnande matbank med en bra arbetsmiljö.



## Mottagare och socialt arbete

Här kan du få praktiska råd för att hantera mottagare, information om hur mat ofta omfördelas och andra sociala aspekter på en matbank.

### Mottagare (slutkonsumenter)

Det vanligaste är att matbanker omfördelar mat till personer som har en mycket låg månadsinkomst. Det är upp till er om ni vill ha någon gräns och ifall ni vill begära av era mottagare att visa papper på sin ekonomiska situation. Ofta betalar mottagarna en symbolisk summa i medlemsavgift. Det kan vara antingen en månads-, kvartals- eller halvårsavgift eller per kasse. Om matbanken istället driver en social matbutik så betalar medlemmarna per vara. Pengarna kan antingen gå till att bidra till verksamhetens utgifter, användas för att t.ex. köpa julklappar till mottagarna, eller köpa in basvaror som ofta saknas.

Många matbanker står inför olika typer av etiska dilemman om hur mat och resurser ska fördelas, samt ifall gratis mat hjälper eller stjälper personer i missbruk. En del väljer att göra olika typer av kontroller och föra samtal för att säkerställa att maten når de som behöver den mest (och med största sannolikhet äter upp den), medan andra väljer att låta den som vill komma och hämta maten. Här finns det inget rätt eller fel. Medlemmar

i nätverket har även påpekat att det är en viktig avvägning mellan typ av matinsatser och målgrupp. Till exempel så lämpar sig ju inte matkassar med livsmedel som ska tillagas för hemlösa. Därmed kan det vara viktigt att ha koll på mottagarnas livssituationer. Det är upp till er att bestämma om det går att vara mottagare så länge inkomsten är låg, eller om det finns någon annan tidsgräns.

Vill ni utbyta erfarenheter med andra och höra hur de tänker? Hör av er till oss så ser vi till att lyfta diskussionen på en nätverksträff.

### Mottagarregister

Vårt råd är att spara så lite personuppgifter som möjligt. Ofta sparas förnamn, telefonnummer, antal personer i hushållet samt kostpreferenser och allergier i mottagarregister. Uppgifterna kan antingen sparas i en papperslista eller ett digitalt dokument. Tänk på att förvara registret oåtkomligt för utomstående. Om det är några uppgifter mottagare inte vill uppge så är det okej.



## Servering, sociala verksamheter och gemensamma måltider

Många matbanker har även integrerade sociala mötesplatser, såsom fik eller annan typ av servering. De är ofta en del i ett större socialt arbete som organisationerna bedriver, men ibland kan det även handla om att skapa en trevligare upplevelse och möjligheter för samtal. I många fall innefattar besök på matbanker väntan i kö och då är det ofta uppskattat att kunna sitta ner och få lite fika under tiden.

Eftersom mat och måltider har en viktig social dimension så fokuserar matbanker med servering ofta mer på gemenskap, och att maten endast är en del i arbetet med att minska ensamhet eller utanförskap i samhället. Vill er verksamhet utöka ert sociala arbete kring de matinsatser ni gör idag? Kontakta oss gärna ifall ni vill komma i kontakt med någon matbank som gör detta i stor utsträckning för att utbyta erfarenheter!



## Hantering av mottagare

Det är viktigt att komma ihåg att mottagarna kommer till er för att de är i behov av stöd. Oavsett bakgrund, etnicitet eller livssituation är det upp till er att behandla alla med respekt och värdighet.

## Utlämning av matkassar

Ett av de vanligaste sätten att omfördela mat är att dela ut matkassar. Det vanligaste är att ha ett tidsspänn på ungefär en timme när det är möjligt att dyka upp för hämtning. En del har dock system där varje mottagare får en specifik tid för upphämtning, för att hinna med att prata lite med varje person som en del i ett socialt arbete.

## Sociala matbutiker

Sociala matbutiker kan fungera på olika sätt, men i regel så har de försäljning av mat till kraftigt rabatterade priser. För att få handla till de priserna, eller för att få handla i butiken över huvud taget, så krävs ofta ett medlemskap. Medlem brukar man kunna bli om man kan uppvisa papper på en låg inkomst, och/eller i dialog med ansvarig för butiken. De flesta sociala matbutiker har begränsade öppettider och har ofta solidariska regler om hur mycket man får handla av populära varor.

## Volontärer, arbetsmiljö och synlighet

Här kan du få praktiska råd angående rekrytering och hantering av volontärer, upprätthållande av en god arbetsmiljö samt hur verksamhetens arbete kan kommuniceras utåt.

### Rekrytering av volontärer

Det finns många sätt att rekrytera volontärer, det kan dock alltid vara bra att vara tydlig med vad som förväntas, uppgifter och tider för uppdraget. Här följer några tips på hur ni kan nå ut:

- Sätt upp lappar att ni söker volontärer i relevanta verksamheter och på mötesplatser, till exempel högskolor, kyrkor, kulturhus.
- Skriv på sociala medier (om er organisation använder det)
- Annonsera på [www.volontarbyran.org](http://www.volontarbyran.org)
- Kontakta lokala företag för att se ifall de skulle vilja bidra med volontärer, som ett bidrag att stötta verksamheten.

Har er organisation tips ni vill dela med er av? Kontakta oss gärna!

### Hantering av volontärer

Det är viktigt att se till att hålla igång samt aldrig överbelasta engagemanget. Vid rekrytering av volontärer, säkerställ att de är införstådda med er värdegrund och era förväntningar. Om volontärer ska hantera känsliga uppgifter om mottagare, kan det vara bra att teckna ett sekretessavtal.

### Roller och ansvarsfördelning

Det kan vara bra att ha tydliga roller och ansvarsområden, till exempel genom att ha en whiteboardtavla eller ett papper där det står vem som ansvarar för vad under dagen. Se till att alla, inklusive volontärer, som hanterar mat har grundläggande kunskaper om hygien och säker livsmedelshantering.

### Mer information

Livsmedelsverkets hemsida:

- Kontrollwiki: Utbildning



## Bra arbetsmiljö på matbanken

Det kan vara både mycket psykiskt och fysiskt krävande att arbeta på en matbank, därför är det extra viktigt att ha öppen kommunikation i gruppen. För att skapa en bra och hållbar arbetsmiljö och belastning kan det vara bra att anpassa uppgifter efter förmåga och kompetens. Det förekommer exempelvis ofta många tunga lyft, se till att de utförs av personer som känner sig kapabla och rotera gärna specifikt slitsamma uppgifter så att ingen tar ut sig eller får ont i kroppen.

Det bör finnas minst en person på plats med kompetens och/eller ansvar för att hantera svåra situationer. Mottagare kan vara i ett desperat läge, vilket kan ge upphov till starka känslor och behov av stöd.

Det kan vara bra att regelbundet gå igenom med volontärer, anställda och arbetstränare vilka uppgifter de känner sig bekväma med, och ifall de skulle behöva något för att kunna ta på sig flera olika typer av uppgifter vid intresse.



## Uppmärksamma verksamhetens arbete

Det är helt upp till organisationen om ni vill ha någon form av mediestrategi för att uppmärksamma ert arbete. Om ni vill det så kan det göras genom:

- **Sociala medier**  
Finns det redan något konto på sociala medier för er organisation? Då kan ni dela inlägg där. Annars kan ni skapa ett konto på exempelvis Facebook, Instagram eller LinkedIn.
- **Lokalmedia**  
Kontakta någon lokaltidning, lokal nyhetsredaktion eller dylikt och fråga om de kan uppmärksamma ert arbete på något sätt.

Det är viktigt att tänka på att inte dela information eller berättelser från mottagare utan deras fulla medgivande. Dela heller aldrig bilder, namn eller annat utan medgivande.

## Er organisations synlighet i butiker

För att uppmärksamma verksamheten, ert arbete samt skapa lokalt engagemang kan det vara bra att informera om er i butiken ni hämtar hos. Till exempel kan ni tillsammans med butiken sätta upp informationsskyltar eller lappar, starta "köp en, skänk en" kampanjer (där kunder kan köpa en extra av någon torrvara som ofta efterfrågas och lägga i en korg vid kassan) eller att emellanåt finnas på plats i butiken och berätta för kunderna om er verksamhet.



# Finansiering

Här kan du få praktisk information angående finansiering av personal, lokal, fordon och annat som behövs för att driva matbanker.



## Hitta lämplig lokal

Det finns otaliga exempel på smarta lösningar runt om i landet. Många gånger handlar det om att våga ställa frågan. Här är några exempel på hur medlemmar ur nätverket har löst sitt problem med lokalhyra.

- **Bostadsbolagen**  
Har de utrymme för er verksamhet och vill sponsra den med lokal? Kan ni ge dem lite positiv uppmärksamhet i era kanaler är det säkert uppskattat.
- **Företag och lokala föreningar i området**  
Kanske finns det någon som vill gå in med pengar för lokalhyra eller kan bistå med lokaler.
- **Kommunen**  
Finns det offentliga lokaler som redan har tillgång till kyl och frys? Skolmatsalar? Förskolor? Kommunernas inställning kan skilja sig kraftigt åt, men det kan vara värt att undersöka möjligheten. Även medborgarhus, kulturhus eller bibliotek är potentiella lokaler som skulle kunna användas.
- **Kyrkor**  
Kyrkans lokaler används flitigt för just detta ändamål runt om i landet. I regel leder det samarbetet dessutom till ett ökat antal engagerade volontärer.
- **Ansök om IOP!**  
Det finns goda exempel på när en matbank drivit igenom IOP (idéburet offentligt partnerskap), vilket har använts för att finansiera såväl hyra av lokal som el.  
Läs mer om vad som är bra att känna till om lokaler rörande livsmedelssäkerhet under avsnittet **Livsmedelssäkerhet**.

## Söka ekonomiskt stöd

I nuläget finns det inget specifikt riktat ekonomiskt stöd att söka för matbanker. Åtbart ämnar därför att på sikt starta en fond där matbanker kan söka pengar. Däremot så finns det några olika lösningar som kan vara värda att undersöka.

- **Lokala företag**  
Försök att engagera lokala företag. De kan i många fall vilja stötta ideella verksamheter i närheten på olika sätt.
- **Pantautomat i butik**  
Undersök om de butiker ni samarbetar med skulle kunna ha som alternativ att pantpengar kan gå till er organisation. Exempelvis kan butiken ha "Donation till [ Organisationens namn ] matutdelning" på pantautomaten.
- **Länsförsäkringar**  
De har vissa fall möjlighet att bistå med ekonomiska medel på lokal nivå. Besök hemsidan för att se vad som är aktuellt för ditt område. Ansök genom att gå in på [www.lansforsakringar.se](http://www.lansforsakringar.se), klicka på "Om oss" och sedan "Samhällsengagemang" under "Hållbarhet & forskning". OBS! Se till att välja rätt geografiskt område för er verksamhet. Det görs där det står "Informationen gäller för....", och sedan klickar ni "välj".
- **Sparbanksstiftelsen Alfa**  
Det går att söka bidrag inom "ändamålet för resurshushållning", där de skriver "matsvinn som når behövande och återbruk som skapar sysselsättning". Gå in på [www.sparbanksstiftelsenalfa.se](http://www.sparbanksstiftelsenalfa.se), klicka på "Om bidrag" för att läsa mer, och klicka på "Ansökan" för att ansöka.
- **IOP**  
En del matbanker har fått ett IOP (idéburet offentligt partnerskap) med kommunen eller regionen. För mer information, sök online på "idéburet offentligt partnerskap" eller kontakta oss.

### Kylar, frysar, backar och hyllor

Kolla med lokala företag om de kan hjälpa till. Kolla annars på Blocket, Facebook marketplace och secondhandbutiker efter alternativ som är billiga eller gratis. Fråga även butikerna ni samarbetar med om det finns något de skulle kunna bistå med.

För att säkerställa att kylar och frysar fungerar som de ska bör temperaturkontroller göras. Kontrollera också att övriga backar, hyllor och kärl är rena.

### Anställa personal

Många matbanker ser stora fördelar med att ha minst en fast anställd, för större matbanker är detta nödvändigt för att kunna gå runt. Beroende på vad för organisation er matbank ingår i, så kan det vara svårt att hitta ekonomiska möjligheter att ha en hel- eller deltidsanställd. Detta är något Ätbart kontinuerligt undersöker, förutom de allmänna tipsen för finansiering, får ni gärna kontakta oss för rådgivning.

### Övrigt material

Fråga någon av butikerna som donerar om de kan tänka sig att skänka plastpåsar, pappkassar eller flergångskassar som ni kan använda att packa i. En del har upprättat retursystem där mottagarna lämnar tillbaka den förra kassen när de hämtar nästa. Om ni vill ha ett retursystem så är det viktigt att kassarna kan hållas rena. I vissa fall packar matbanken i en låda som mottagaren får plocka ur och packa i egen kasse.

### Transportfordon

Många mindre matbanker använder privata bilar. Kolla om det finns möjlighet att få tillgång till en sponsrad bil från något lokalt företag eller av kommunen.



