



För dig som har Coop-kort och bor i Stockholm, Östergötland, Södermanland och Uppsala. Nr 4 • Juni 2023

mer medlem



Kooperativet ger kaffebönderna styrka

Från bergssluttningarna i västra Uganda till kaffekoppen i Sverige. KFS nya fokusprojekt skapar förutsättningar för kaffebönderna att försörja sig på sitt kaffe. Kooperationens kraft gör det möjligt.

I samarbete med biståndsorganisationen We Effect och Lykke Kaffegårdar har KFS engagerat sig i ett kaffeprojekt i bergsområdet Mt Rwenzori i västra Uganda. I projektet finns hela värdekedjan representerad, från de småskaliga kaffeodlingarna till rosteriet i Hökarängen utanför Stockholm. Med ett hållbart arbetssätt, som ger bättre skördar, och tillgång till en global marknad får bönderna en bättre ersättning för sitt hårda arbete.

På en altitud av 2.000 meter odlas kaffet av familj jordbruk i otillgängliga områden. Här har kaffebönderna länge kämpat för sin överlevnad då inkomsterna har varit små och osäkra. Sedan 2017 har de organiserat sig i ett kooperativ som gör dem betydligt starkare tillsammans.

Bönderna i projektet har lärt sig att odla kaffet med tekniker som ger den kvalitet som krävs för att det ska klassas som premiumkaffe. Efter skörd levereras kaffebären direkt till en central anläggning för förädling, istället för att torka på de enskilda gårdarna och riskera att stjälas, ätas upp av djur eller skadas av insekter. Via affärspartners, som det globala kaffehandelsbolaget Long Miles Coffee och svenska Lykke Kaffegårdar, får de bättre betalt för sitt kaffe, vilket ger dem en trygg försörjning så att de har råd att äta sig mätta och låta barnen gå i skolan.

KFS har bidragit till finansieringen av kaffeprojektet. Avkastningen återinvesteras i kaffekooperativet. Läs mer på weeffect.se

”Kraften hos alla dessa hårt arbetande individer griper tag och fyller hjärtat med hopp om både mänskligheten och planeten.”

Så säger Malin Dahlberg, styrelseledamot i KFS, som besökte projektet i slutet av mars 2023.

SÅ HÄR GÅR DET TILL:

- Så kallade kaffescouter, som själva är kaffebönder, utbildas i odlingstekniker som höjer kaffets kvalitet. Hälften av kaffescouterna är kvinnor, vilket stärker deras roll i samhället.
- Bönderna lär sig de nya odlingsteknikerna som ger större och bättre skördar. Hittills har 2.000 bönder utbildats. Redan vid första skörd märktes skillnaden i kvantitet och kvalitet.
- Efter skörd tas kaffet omhand av kooperativet och vidareförädlas säkert och professionellt av Long Miles Coffee.
- Odlarna garanteras ett rimligt pris för kaffet, vilket gör dem mindre sårbara.
- Kaffet från projektet har testats av Lykkes kaffeexperter och fick vid första provningen poäng som kvalificerar det som specialkaffe.

”Kaffeodling är traditionellt ett område där män bestämmer, men när de ser vad jag åstadkommer på vår egen gård genom att använda teknikerna jag lärt mig i projektet vill de att jag ska lära dem också.” Så säger Juliet Kabughu, kaffescout i Bukonza East.



Egna varumärken i Coop?

Coop Havredryck utsågs till Bäst i Test när SvD:s testpanel prövade veganska alternativ i kaffet. Vilka fler av Coops egna varumärken känner du till? Nämn minst två till. Lämna ditt svar senast 10 augusti 2023 på kfstockholm.se/tavling eller skicka ett vykort till KFS, Box 3259, 103 65 Stockholm. Rätt svar i förra numret: Beräkna 50 g rökt lax per person vid en buffé.

TÄVLING!

Tio vinnare får 100 kr i presentcheck på Coop.

Öppna landskap för biologisk mångfald

Naturbetesmarker är gräsmarker som man inte har plöjt, sått, gödlat eller bearbetat med maskiner på många år. De flesta är hundratals år gamla, ibland ännu äldre. Markerna har skapats av betesdjur och mänskliga tillsammans och ligger ofta mellan åker och skog eller mellan strand och åker.

Det här är betydelsefulla miljöer på många sätt. Den fantastiska artrikedomen gör dem till ett av de viktigaste markslagen för att bevara och skydda den biologiska mångfalden. Här lever växter, insekter, fåglar, fladdermöss, lavar och svampar. Miljön är nödvändig för pollinerande insekter och bidrar också till att motverka övergödningen av vattendrag och hav, eftersom naturbetesmarker läcker mindre näringsämnen än odlad mark. Dessutom lagras kol i den orörda marken.

Idag finns mindre än 5 procent av naturbetesmarkerna kvar jämfört med



De svenska naturbetesmarkerna är bland de mest artrika vi har i vårt land. Foto Jenny Jewert.

mitten av 1800-talet. Igenväxning och bristande skötsel hotar många arter. Därför arbetar Världsnaturfonden WWF sedan många år med att restaurera naturbetesmarker, ett arbete som vi i KfS stödjer. Och som medlem får du även nytta av det i

butiken. För att naturbetesmarkerna ska kunna bevaras måste det finnas djur som betar på dem, som hjälper till att bevara den unika floran och faunan. Coop Naturbeteskött har hög kvalitet och kommer från djur som betar, vårdar och bevarar dessa ovärderliga marker.



VANDRA I SOMMAR

Naturbetesmarker är en del av vårt kulturarv med gårdsgårdar, stenmurar och odlingsrösen som visar våra förfäders slit för att försörja sig. Vill du göra en utflykt och strosa i någon av dem i sommar?

Östgötaleden, etapp Mormorsgruvan till Åtvidaberg www.ostgotaleden.se
Käringboda Naturreservat www.naturkartan.se
Leden Hjälstaviken i Uppland www.habo.se

Nytt butiksformat med X:-tra lågt pris

"X:-TRA – EN DEL AV COOP" är ett nytt butiksformat med extra stort fokus på pris. Det finns ett 50-tal butiker i hela Sverige varav tre stycken ligger i vårt område – Östermalmsgatan i Motala, Ljura i Norrköping och X:-tra Aspudden i Stockholm.

reducerat sortiment kan vi erbjuda ett lågt pris i effektiva och ändamålsenliga butiker.

2 Vad skiljer X:-tra från en vanlig Coop-butik?

X:-tra är mindre butiker som ligger i bostadsnära områden. De har ingen

förbutik eller deli och lite färre artiklar än Coop. Främst är det alternativen som är färre. Ketchup finns förstås, men kanske inte lika många olika sorters ketchup. Det finns ekologiskt och Änglamark, men den stora andelen artiklar är lågprisvaror.

3 Kan man använda Coop-kortet i X:-tra?

Självklart, X:-tra är en del av Coop. Coop-kortet kan användas på samma sätt som i Coop-butikerna. Vid betalning, för att samla poäng och för medlemserbjudanden.

4 Blir det fler butiker i vårt område?

X:-tra är en del av vårt erbjudande på Coop och vi kommer arbeta med den kedjan precis som med Coop, så ja, vi kommer etablera fler butiker framöver.



Jim Törnroth

Jim Törnroth,
Direktör
Etablering &
Projekt på Coop
Butiker & Stor-
marknader.

1 Varför har Coop startat ett nytt butiksformat?

Vi såg ett starkt behov hos våra medlemmar av ett lågpriserbjudande. X:-tra har ett eget sortiment, egna kampanjer och en egen prisnivå. Med färre manuella punkter och ett



X:-tra i Motala.

MARKUS WAHLGREN,
BUTIKSCHEF STORA COOP VISBY

”Om vi inte jobbar hållbart kan vi lika gärna stänga butiken.”

STORA COOP VISBY genomsyras av butikschef Markus Wahlgrens engagemang och övertygelse – att arbeta hållbart, jobba med närproducerat och ekologiskt samt satsa på innovation – tillsammans med lika övertygade medarbetare.

EXEMPLEN ÄR MÅNGA. På fem år har butiken i princip eliminerat sitt matsvinn, från 120 ton 2018 till årets cirka 5 ton, helt i linje med Coops övergripande mål. På ett tidigt stadium togs plastkassarna bort i kassan. Kompromisslöst säljs inget utländskt kött, utan enbart svenskt, och i avtal med lokala odlare förbinder sig butiken att köpa hela säsongens produktion av grönsaker, exempelvis cocktailtomater, så från maj till september finns bara gotländska tomater i lösvikt att köpa.

– Vi slipper importen och plastförpackningarna. Och så har vi nöjet att kalla dem ”Cooptail-tomater”, berättar Markus Wahlgren med glimten i ögat.

INNOVATION OCH HÅLLBARHET hänger också ihop. En smart lösning håller automatiskt

koll på varor med kort datum och skriver ut röda lappar med nedsatt pris. En fuktig dimma som sänker temperaturen med 3 grader släpps ut över avdelningen för frukt- och grönt och gör att varorna håller längre.

BUTIKEN FUNGERAR SOM inspirationskälla, studiebesöken är många och goda idéer förs vidare till andra Coop-butiker. Många studenter inom hållbarhet hör av sig och söker jobb. Butikschefens eget recept för att medarbetarna ska trivas är att de ska känna sig stolta över att jobba på Coop. Redan 2019 utnämndes Stora Coop Visby till Sveriges mest hållbara butik, men Markus Wahlgren anser att det fortfarande finns mycket kvar att göra. ”Vi är inte i mål för fem öre”, är hans kommentar.

Region Gotland ansåg dock att Stora Coop Visby var värdiga att representera ön i tävlingen Stora Turismpriiset 2022

Att minska matsvinnet är ett av Coops viktiga mål. År 2025 ska det matsvinn som uppstår i Coops verksamhet vara mindre än 1 procent av omsättningen.

SEMESTERTIPS:
STORA COOP
VISBY

för att de ”på ett innovativt och hållbart sätt bidragit till att utveckla besöksnäringen”.

VAD ÄR DÅ NYCKELN TILL ATT BLI EN SÅ UPPSKATTAD BUTIK? – Man ska vara snäll mot alla i ens närhet, säger Markus Wahlgren, och så ska man våga utmana normerna och jobba med det man brinner för. Dessutom frågar vi alltid andra hur vi ska bli bra, så förslagen kommer utifrån. Och från våra medarbetare förstås.

Det sistnämnda är förmodligen anledningen till att butiken har en del udda inslag. Här säljs till exempel vintagekläder och renoverade tv-spel och butiken har både sitt eget skivbolag och bokförlag. Det ska ofta hända något nytt och annorlunda.

”På Coop känns det som att jag har kommit hem, så här roligt har jag aldrig haft det.”

”Vi jobbar helhjärtat för något som vi brinner för och det tror jag att kunderna märker”, säger Markus Wahlgren, butikschef på Stora Coop Visby. Här har han slagit sig ner i butikens vintageavdelning.



för dig som medlem

Dina erbjudanden!



Alla erbjudanden finns på kfstockholm.se/erbjudanden och i QR-koderna.

3 SEPTEMBER



Fri entré till Skansen

Söndag 3 sept är det dags för årets Familjedag på Skansen. Med Coop-kortet får du fri entré för upp till två vuxna och fyra barn. Program hittar du på vår webbplats i augusti. [Läs mer på kfstockholm.se/erbjudanden](https://kfstockholm.se/erbjudanden)

20 %
rabatt



Koppla av på Skytteholm, Ekerö

Under sommaren får du 20 % rabatt på sommarpaketen – vandring, spa-sommar och padelpaket. Gäller 28 juni–8 aug vid ankomst ons-lör. [Läs mer och boka på kfstockholm.se/erbjudanden](https://kfstockholm.se/erbjudanden)



100 KR
rabatt

Spring tillsammans i Eskilstuna 16 september och Linköping 17 september

Nu är det dags att slipa formen. Spring KfS Eskilstuna Runt den 16 sept eller KfS Linköping Runt den 17 sept. Eller varför inte båda? Du får 100 kronor medlemsrabatt på anmälningsavgiften till 5 km och till 10 km. Det finns även knattelopp för de yngsta. Anmäl dig och spring så får du chans att delta i utloggningen av 1.000 kr i presentkort på Coop.

[Läs mer och anmäl dig på kfstockholm.se/erbjudanden](https://kfstockholm.se/erbjudanden)

Det är enklare
att hitta sig själv
om man är två
som letar

Bli mentor på mentor.se

Mentorskap som frigör ungas potential

Vår senaste studie visar att en av fem unga saknar en vuxen förebild. Men de som har en närvarande vuxen upplever att de mår bättre. Så bli en förebild du med!

 Mentor

Ansvarig utgivare:
Helen Persson, KfS.
Redaktör: Lena Aronsson, KfS.
Layout: AD Design.
Tryck: Strålfors, Ljungby.

Kontaktinfo: KfS, Box 3259,
103 65 Sthlm. Tel 08-714 39 60
info@kfstockholm.se,
www.kfstockholm.se
Medlemsservice:
Frågor om medlemskap
tel 0771-17 17 17, val 2 + 2,
vardagar kl 8-18.
medlemsservice@kf.se

KfS – Din konsumentförening

Vi är ägare till Coop-butikerna i Stockholm, Östergötland, Södermanland och Uppsala. Vår viktigaste uppgift är att göra Coop så bra som möjligt för våra 1,2 miljoner medlemmar. Vår övertygelse är att vi tillsammans bidrar till ett mer hållbart samhälle. Coop-kortet ger dig poäng, erbjudanden och inflytande.

