

**Dette sparer du på å unngå matsvinn**

22. februar 2022: **4 av 10 husholdninger mener de kan spare 1000 kroner eller mer i måneden ved å planlegge matinnkjøp bedre og bruke opp restene. Det viser en undersøkelse som Norstat har gjort for matredder-appen Too Good To Go.**

Funnene er en del av [rapporten «Matsvinn og Matredding»](https://toogoodtogo.no/no/download/matsvinn-og-matredding), som Too Good To Go publiserer i dag.Rapportenoppsummerer utviklingen i appen i 2021. Undersøkelsen er gjennomført blant 1000 respondenter på landsbasis.

– Matredding er et viktig miljøtiltak, men det er jo også fint for lommeboka, noe funnene viser. Mange mener at de har et sparepotensial på 12.000 kroner eller mer i året. Det er mye penger, sier Lene Kallum, kommunikasjonssjef i Too Good To Go.

40 prosent av de spurte mener at de kan spare minst 1000 kroner i måneden ved å bli flinkere til å planlegge innkjøp og bruke opp maten de har, noe som også gjelder de yngste mellom 18 – 25 år. Blant personer i aldersgruppene 26 – 40 år og 41– 55 år gjelder det halvparten av de spurte.

Videre sier 48 prosent av respondentene på landsbasis at de kan spare opp til 1000 kroner, mens 13 prosent ikke tror at de har mulighet til å spare noe.

**Skaff oversikt**

– Med enkle grep kan mange kutte matutgiftene betraktelig. Det gjelder å sjekke hva man har i kjøleskap, fryser, skuffer og skap før man handler, og kanskje gjøre innkjøp litt sjeldnere. Da unngår du å kjøpe for mye mat, du reduserer matsvinnet ditt, og du sparer penger. En del mat og drikke har også lenger holdbarhet enn man skulle tro, sier Kallum.

– Ved å være kreativ med restene får man det også morsommere på kjøkkenet. «Alt» går i en suppe eller på et ostesmørbrød. Veldig mye kan også fryses ned til senere, blant annet middagsrester, sier hun.

**Forbrukerøkonom:** – **Mange kan spare mye**

Forbrukerøkonom Derya Incedursun i Nordea understreker at nordmenn har svært ulik privatøkonomi, men mener at mange kan spare mye ved å ha et bevisst forhold til matsvinn.

– Det kan godt være snakk om tusen kroner i måneden eller mer, men det kommer så klart helt an på den økonomiske situasjonen til hver enkelt husholdning. Men en familie med god økonomi, som også opplever at de kaster for mye mat, er definitivt blant dem som har et sparepotensial, sier hun.

– Jeg tenker det er lurt å få oversikt over eget forbruk og egne vaner. Lag ukesmeny, og gjør innkjøp basert på den – kanskje det holder med én eller to handleturer i uka. Sammenlign priser, for her er det store forskjeller, og hjelp butikkene ved å kjøpe rabatterte overskuddsvarer, sier hun.

**Flere blir matreddere**Rapporten fra Too Good To Go viser at flere fikk øynene opp for matredding i 2021. I Norge fikk appen 360.000 nye brukere i fjor. Samtidig viser tall fra [Hovedrapporten om matsvinn](https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/bransjeavtalen-om-reduksjon-av-matsvinn-hovedrapport-2020/id2891243/) at forbrukere fortsatt står for rundt halvparten av det totale, kartlagte matsvinnet på 453.650 tonn i året.

**Funn fra undersøkelsen:**

**Hva er det månedlige matbudsjettet i din husstand?**

0 – 1999 kr: 4 %  
2000 – 3999 kr: 22 %  
4000 – 5999 kr: 33 %  
6000 – 7999 kr: 20 %  
8000 – 9999 kr: 10 %  
10000 – 11999 kr: 8 %  
12000 – 13999 kr: 3 %  
14000 kr eller mer: 2 %

**Hva tror du at din husstand kan spare i måneden på å planlegge matinnkjøp bedre og bruke opp restene?**

0 kr: 13 %

1 – 499 kr: 21 %

500 – 999 kr: 27 %

1000 – 1499 kr: 20 %

1500 – 1999 kr: 7 %

2000 – 2499 kr: 8 %

2500 – 2999 kr: 2 %

3000 – 3499 kr: 2 %

3500 – 3999 kr: 0 %

4000 – 4499 kr: 1 %

4500 – 4999 kr: 0 %

5000 kr eller mer: 1 %

Det er foretatt avrundinger fra desimaler, noe som gjør at totalen ikke alltid blir 100 %. Ta kontakt for fordeling per landsdel, kjønn eller aldersgrupper.

**Om undersøkelsen**  
Gjennomført av Norstat på vegne av Too Good To Go i desember 2021. Landsdekkende webundersøkelse blant 1000 respondenter, gjennomført på e-post. Rullerende svaralternativer og mulighet for å gi flere enn ett svar der det er naturlig. Spørsmål relatert til matsvinn, matvaner og miljø.

**Om Too Good To Go**

Matredder-app som finnes i 17 land. Knytter butikker og andre matbedrifter med varer til overs sammen med folk som vil kjøpe maten til redusert pris. Appen har nå 1,6 millioner brukere i Norge.

Siden Too Good To Go kom til Norge i 2016 er det solgt 6,8 millioner forundringsposer med overskuddsvarer gjennom appen. 2,2 millioner av disse ble solgt i 2021, noe som er en vekst på rundt femti prosent sammenlignet med året før.

På landsbasis redder 4000 matbedrifter overskuddsvarer gjennom appen – rundt seksti prosent flere enn for ett år siden. Appen er ett av flere tiltak de kan ta i bruk for å slippe å kaste mat.

Too Good To Go samarbeider også med aktører i matbransjen om å sette matsvinn på agendaen, og jobber for å inspirere til svinn-kutt gjennom ulike kanaler.

**Kontakt**Derya Incedursun, forbrukerøkonom i Nordea, [derya.incedursun@nordea.no](mailto:derya.incedursun@nordea.no), 45256811 Lene Kallum, kommunikasjonssjef i Too Good To Go, [lkallum@toogoodtogo.no](mailto:lkallum@toogoodtogo.no), 991 07 900