



Slutrapport Hållbara familjer i Gävle 2009-2010



Innehållsförteckning

Sammanfattning.....	3
Genomförande Hållbara familjer 2009-2010.....	4
Medverkande i projektgruppen kring Hållbar VarDag i Gävle.....	4
Marknadsföring för nya familjer.....	4
Medverkande familjer totalt barn och vuxna.....	4
Upplägg träffar och studiebesök.....	5
Kick-off.....	5
Grundutbildning Hållbara familjer.....	5
Tematräff Återvinning och Energi.....	5
Klimatsmart julbord.....	5
Hemma hos besök - Energideklaration.....	5
Tematräff Medveten konsumtion.....	5
Tematräff Cykel.....	6
Tematräff Mat Diléns Saluhall.....	6
Tematräff erfarenhetsutbyte, Vad har vi lärt oss under året?.....	6
Skördefest i början på september.....	6
Utbildning Sparsam körning.....	6
Föredrag Tillsatser i maten är farligare än du tror.....	6
Studiebesök Mullbacka.....	6
Studiebesök Duvbacken.....	6
Antal deltagare på träffarna.....	6
Uppdrag.....	6
Uppdrag 1 Utgångsläge.....	6
Uppdrag 2 Sopvägning.....	6
Uppdrag 3 Se över energiförbrukningen i hemmet.....	7
Uppdrag 4 Konsumtionsstopp.....	7
Uppdrag 5 Cykelutmaning.....	7
Uppdrag 6 Slutläge.....	7
Bonusuppgift ISA och Testresenärer kollektivtrafik.....	7
Resultat mätningar utgångsläge och slutläge.....	8
Resultat slutläge.....	8
Vilka åtgärder genomförde familjerna?.....	8
Hur upplevde familjerna att medverka i Hållbara familjer?.....	9
Informationskanaler.....	9
Uppmärksamhet kring Hållbara familjer i media.....	9
Ekonomi i pengar och i tid.....	9
Kostnad i kronor.....	9
Nedlagd arbetstid.....	10
Samarbetspartners.....	10
Framgångsfaktorer.....	11
Våra inspiratörer.....	11
Bilaga 1 Fotalbum familjerna	
Bilaga 2 Utgångsläge	
Bilaga 3 Slutläge	



HÅLLBAR VARDAG I GÄVLE



Sammanfattning

Det andra året med Hållbara familjer har genomförts!
Andra omgången började september 2009 och avslutades september 2010.

Tillsammans med Gävle Energi, Gästrikre Återvinnare och Gästrikre Vatten har Gävle kommun under den andra omgången under ett års tid coachat 27 gävlefamiljer att leva mer miljövänligt i sin vardag, Hållbara familjer. Hållbara familjer ingår i ett koncept som kallas Hållbar VarDag i Gävle.

Hållbar VarDag i Gävle och Hållbara familjer handlar om att visa att som miljömedveten i dag behöver man inte leva stenåldersliv och att det inte krävs så stora omställningar för att behålla en bra livskvalité och ändå gynna miljön.

Hållbara familjer planeras pågå under tre års tid i tre omgångar med nya familjer varje år. Första året kunde ses om en testomgång för att sedan under de två andra åren vidareutveckla upplägget.

Målsättningen med Hållbara familjer är att familjerna minskar konsumtionen och börjar tänka i nya banor kring de fyra områdena Energi, Mat, Transporter och Återvinning.

Vi har valt att inte sätta mätbara mål men för att motivera familjerna och för att se om coachningen gett resultat har vi mätt bland annat förändringar i förbrukad koldioxid, minskad energianvändning och minskat bilåkande. För att få den kunskapen har familjerna fyllt i vad som kallas Utgångsläge innan de påbörjade sin medverkan i Hållbara familjer och vad som kallas Slutläge efter projektet.

Den stora skillnaden mellan årets omgång och den första var att familjerna i den andra omgången inte fick välja fokusområde utan fick ta del av samtliga områden. Den förändringen valdes att göra utifrån önskemål av familjerna som deltog första omgången och det har visat sig mycket lyckat.

Under det år familjerna medverkat har de träffats cirka en gång per månad, totalt 14 sammankomster, och de har då lyssnat på föreläsningar, varit på studiebesök, fått olika uppdrag att genomföra, lagat mat tillsammans och bytt erfarenheter med varandra.

Efter året som gått kunde vi genom det Utgångsläge och Slutläge som familjerna rapporterat in se att familjernas medverkan i Hållbara familjer har gjort skillnad även under den andra omgången! Familjerna hade lyckats att förändra sina vanor inom alla de områden som vi arbetar med.

Genom att familjerna börjat göra medvetna val i sin vardag har de gemensamt under året som gått bland annat:

- Minskat bilåkandet med 15 %
- 22 % av hushållen äger idag inte längre någon bil
- Minskat bränsleförbrukningen med 21 %
- Totala elförbrukningen minskat med 7 %
- Total uppvärmningen minskat med 10 %
- 68 % av hushållen har idag miljömärkt energi
- Ökat antal lågenergilampor med 23 %
- Ökat inköpen av ekologiska och närproducerade produkter med 35 %
- I dag sorterar familjerna i princip allt avfall

I början av oktober 2010 påbörjade 17 nya gävlefamiljer sin resa att lära sig leva mer miljövänligt i sin vardag.

Slutligen vill vi tacka för det breda samarbetet med företag och organisationer i Gävle och engagemanget från våra familjer.



HÅLLBAR VARDAG I GÄVLE



Genomförande Hållbara familjer 2009-2010

Medverkande i projektgruppen kring Hållbar VarDag i Gävle

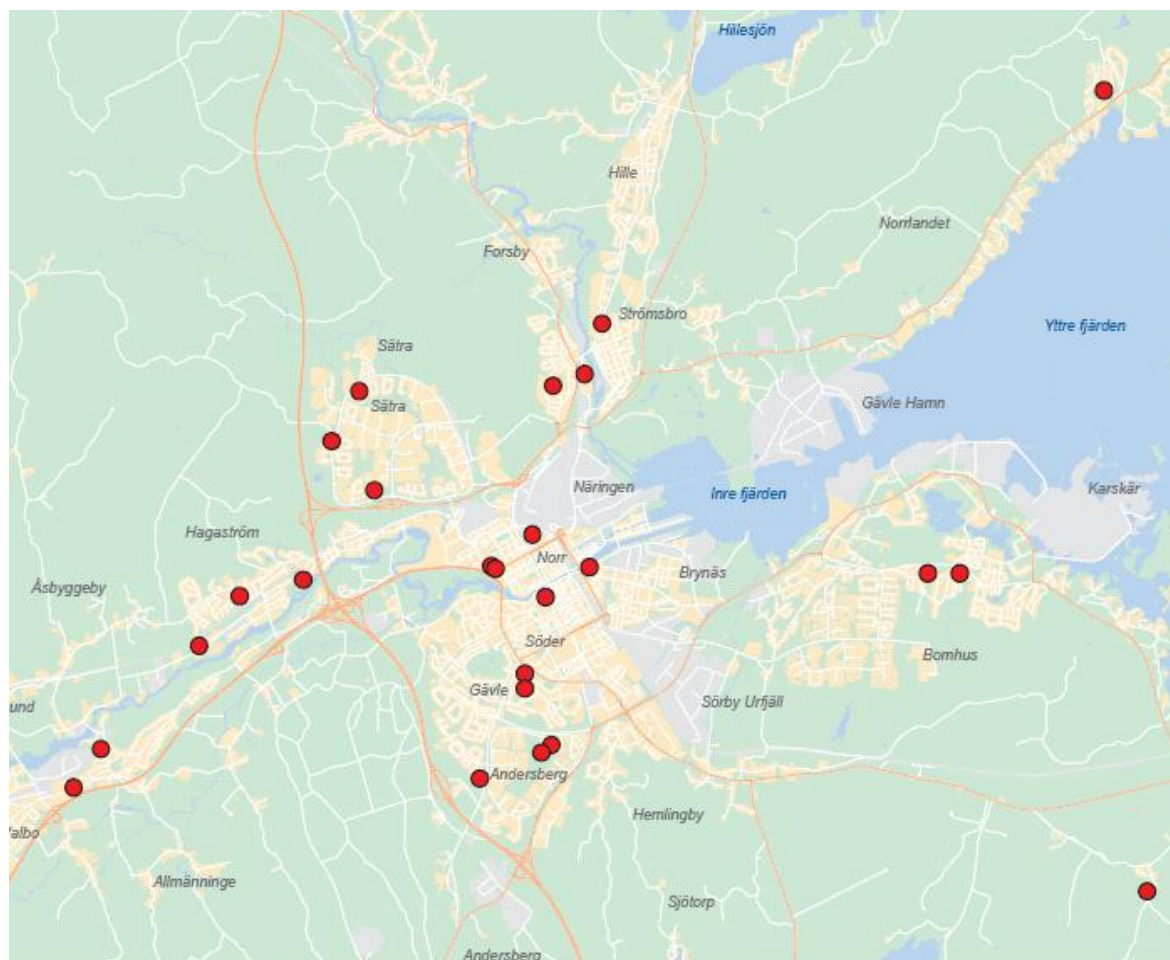
Representanter från Gävle Energi, Gästrikre Återvinnare och Gästrikre Vatten, Gävles Energi och klimatrådgivare, Bygg och Miljö, Processledare Hållbart resande, tekniska kontoret och Hållbarhetsutvecklare, Gävle kommun.

Marknadsföring för nya familjer

Under försommaren annonserade vi i Gävletidningarna Gefle Dagblad och Arbetarbladet samt på skärmarna i stadsbussarna efter familjer. Anmälan gjordes på vår hemsida.

Medverkande familjer totalt barn och vuxna

39 familjer anmälde sig och vi tackade ja till samtliga. Inför uppstarten var det 34 familjer som bekräftat att de skulle delta och medverka att delta men 7 familjer hoppade av innan uppstart av anledningar som tidsbrist och ändrade familj – eller arbetsförhållanden. 27 familjer deltog slutligen och de har mer eller mindre följt med under hela resan.



Totalt 90 familjemedlemmar medverkade i projekt, 44 vuxna och 46 barn. Familjernas sammansättning varierade från ensamstående till flerbarnsfamiljer. Deras boende var spritt över Gävle, se karta.



HÅLLBAR VARDAG I GÄVLE



Upplägg träffar och studiebesök

Familjerna träffades cirka en gång i månaden. Däremellan gjorde vi studiebesök. Vi startade alltid upp med fika för att alla skulle hinna komma till föreläsningarna/diskussionerna samt de flesta var hungriga när de kom. Vi bjöd då på matigare smörgås och frukt. Nytt för året var att vi även erbjöd barnvakt för barnen som då hade aktiviteter för barnen som film, målning och spel, ibland kopplat till det ämne som de vuxna skulle diskutera. Träffarna var cirka 2,5 timmar långa och började oftast kl. 17:30-20:00. Totalt hade vi på 14 gemensamma träffar och studiebesök. Under året erbjöd vi även familjerna så kallade bonusarrangemang. Bonusarrangemang var föredrag och annat som inte vi stod som arrangörer för men gärna ville att familjerna skulle få kännedom av. Vi har genomfört följande träffar och studiebesök.

Kick-off

Vi startade upp Hållbara familjer i september på Förvaltningshuset med en Kick-off och över 90 vuxna och barn deltog. Förutom familjerna deltog även personer som är inblandade i projektet på olika sätt. Vi bjöd på ekologisk soppa och teatern "Typ Coolt" av Lättings, skrev avtal med alla familjerna och fotograferade familjerna till ett familjealbum, se bilaga 1, Fotoalbum. Familjerna fick även information om att de skulle fylla i en webbenkät kallad "Utgångsläge", se bilaga Utgångsläge.

Grundutbildning Hållbara familjer

En grundutbildning hur vi kan minska vår miljöpåverkan inom de områden vi punktmarkerar: Återvinning, Energi, Mat och Resor. De kortare föredragen genomfördes av oss som ska coacha familjerna under året.

Tematräff Återvinning och Energi

Lena Öman, Gästrikre Återvinnare berättade om varför och ur vi ska sopsortera och Mats Mattsson, Energikonsult, gav exempel på hur vi kan minska vår energiförbrukning i vardagen.

Klimatsmart julbord

Utvalda familjer lagade ett ekologiskt julbord i Stadshusets restaurang och bjöd övriga hållbara familjer.

Hemma hos besök - Energideklaration

Vi lottade ut en gratis energideklaration bland familjerna och den familj som vann fick ett "hemma hos besök" av de övriga familjerna. De fick då gå runt i huset och följa en energikonsult med värmekamera som uppmärksammade energiläckage och genomförde en energideklaration.

Tematräff Medveten konsumtion

Högskolan i Gävle och en familj från den första årskullen i hållbara familjer inspirerade familjerna till att bli mer medvetna konsumenter. I anslutning till tematräffen hade vi Konsumtionsstopp under två veckor.



HÅLLBAR VARDAG I GÄVLE



Tematräff Cykel

En föreläsningkväll med mycket lokal prägel och då vi gav samlad bild över vad som sker kring cykling i Gävle, Gustavs Lorentz, gymnasielärare och cykelentusiast från Uppsala, inspirerade med sina berättelser varför han ser cykeln som sitt sätt att rädda världen.

Tematräff Mat Diléns Saluhall

De hållbara familjerna bjöds på en middag gjord på närproducerade och ekologiska matvaror. De fick även träffa butikschefen och ägaren Mikael Dilén och Gästrikebönder som berättade om deras filosofi och arbete samt styckaren Nils Dilén som berättade om vad som krävs för att få ett smakrikt och mörkt kött. Ett samarbete med Diléns Saluhall.

Tematräff erfarenhetsutbyte, Vad har vi lärt oss under året?

I augusti träffades familjerna för att göra en snabb resumé vad som hänt under det år som gått. Familjerna satt då i grupper och tog upp vad de ansåg vara intressant att prata om.

Skördefest i början på september

Som avslutning bjöd vi in familjerna till en Skördefest i Hemlingby där vi ”skördade” de framgångar projektet lett till, det vill säga de förändringar familjerna gjort. Vi hade tipsrunda, testade elbil, barnen fick en åktur med Hästen Berta, delade ut diplom och åt en ekologisk och närproducerad lunch.

Utbildning Sparsam körning

Hållbara familjer utbildades i Sparsam körning, både teoretiskt och praktiskt för att bli mer miljövänliga bilister. Ett samarbete med Bilmetro, Gävle.

Föredrag Tillsatser i maten är farligare än du tror

Tidigare och pågående Hållbara familjer bjöds in för att lyssna på Tommy Svensson, författare till ”handbok för den Kräsne konsumenten”. Ett samarbete med Studieförbundet.

Studiebesök Mullbacka

Vi besökte Gästrikre Återvinnares kompostanläggning.

Studiebesök Duvbacken

Vi besökte Gästrikre Vattens reningsverk.

Antal deltagare på träffarna

I snitt låg antalet deltagare cirka 40 deltagare per träff i snitt.

Uppdrag

Familjerna fick 6 uppdrag under året.

Uppdrag 1 Utgångsläge

För att vi ska se om familjernas medverkan i Hållbara familjer leder till förändringar fyllde alla medverkande familjer i vad vi kallar ett Utgångsläge, se bilaga 2.

Det är det första uppdraget i Hållbara familjer och svaren på frågorna lämnas på vår hemsida.



HÅLLBAR VARDAG I GÄVLE



Uppdrag 2 Sopvägning

I det här uppdraget vägde familjerna sitt avfall och förpackningar under två veckor. Uppdraget vägs avfall och förpackningar av brännbart (soppåsen där allt läggs som inte kan sopsorteras), komposterbart, papper, tidningar, glas, plast och metall.

Utifrån resultatet räknade vi sedan ut hur mycket koldioxid som sparas genom återvinning av avfall och förpackningar. Vi gjorde även en uppföljning under våren efter Uppdrag Konsumtionsstopp. Den visade att familjerna hade minskat sin sopmängd per familj från i snitt 46 kg/månad till 43 kg/månad. Om alla familjer bibehåller sin minskning innebär det en minskning på nästan ett ton under ett år.



Uppdrag 3 Se över energiförbrukning i hemmet

Uppdraget var uppdelat i två delar:

1. Vilka är era 5 värsta Energislukare?

Familjerna lånade energimätare för att kartlägga hur mycket el olika apparater i hemmet drar. De fick sedan redovisa vilka 5 apparater som slukade mest energi.

2. Energieffektivisering

Det finns många sätt att energieffektivisera där hemma, både när det gäller värme, vatten och el. Vi samlade 10 olika tips och uppdraget för familjerna var att testa och utvärdera minst 7 av dessa.

Uppdrag 4 Konsumtionsstopp

Uppdrag Konsumtionsstopp innebar att familjerna i första hand avstod från att handla annat än mat och förbrukningsvaror under två sammanhängande veckor.

Som förbrukningsvaror räknades dagstidningar, hyra, mat, renlighetsprodukter osv. Familjerna fick själva komma överens om var gränsen går.

Vi bad dem ställa sig frågan: Om inköpet de tänker göra är ett behov eller om det bara är ett begär.

Uppdrag 5 Cykelutmaning

Varje år genomför Gävle kommun Gävle Cykelutmaning och uppdraget för familjerna var att delta i den utmaningen. De utrustades med cykeldatorer, ryggsäckar och annat som "morötter".

Uppdrag 6 Slutläge

För att ta reda på om familjernas medverkan i Hållbara familjer lett till förändringar fyllde alla medverkande familjer i vad vi kallade ett Slutläge, se bilaga. Det var familjerna sista uppdrag. Resultat kan ni ta del av under Resultat mätningar.

Bonusuppdrag ISA och Testresenärer kollektivtrafik

7 familjer fick möjlighet att prova ISA, ISA står för Intelligent anpassning av hastigheten. Det är en "dosa" som installeras i bilen som är uppkopplad till vägdatan. Om bilen inte håller den hastighet som gäller på den väg den befinner sig på ger dosan ifrån sig en signal. Ett effektivt sätt att minska hastigheten och därmed minska bränsleförbrukningen.

Familjerna fick chansen att prova kollektivtrafiken i länet. De fick ett resekort, tankat med 400 kr, som gäller i Gävleborgs län med X-trafiks bussar och X-tåget.



HÅLLBAR VARDAG I GÄVLE



Resultat mätningar utgångsläge och slutläge

Vid projektets början och slut fyllde samtliga familjer i webbenkäter som vi valt att kalla för Utgångsläge och Slutläge. Vi valde att använda webbenkäter för att undvika pappersanvändande samt att förenkla sammanställningen av de resultat som rapporterades in.

Utgångsläget visar vilka vanor, förbrukning och konsumtion familjerna har inom respektive område innan projektet.

Slutläget visar om familjerna har gjort förändringar inom respektive område.

Resultat slutläge

Vi har gjort en sammanställning av slutläget och genom att familjerna börjat göra medvetna val i sin vardag har familjerna:

- Minskat bilåkandet med 15 %
- Minskat antal bilar i hushållen, från 16 % till att 22 % av hushållen äger idag inte längre någon bil
- Minskat bränsleförbrukningen med 21 %
- Minskat den totala elförbrukningen med 7 %
- Minskat den totala uppvärmningen med 10 %
- Ökat antal lågenergilampor med 23 %
- Ökat inköpen av ekologiska och närproducerade produkter med 35 %
- I dag sorterar familjerna i princip allt avfall
- 63 % av hushållen har idag miljömärkt el, där skedde inte någon förändring

Vilka åtgärder genomförde familjerna?

Under året som gick fick familjerna många olika förslag på vad de kunde göra för att leva mer hållbart i sin vardag och här kommer ett axplock på vad de tagit till sig:

- Köper mer ekologisk och närproducerad mat.
- Börjat ställa krav i butiken om de inte har de varor som ni vill ha.
- Tänker på att inte konsumera mer än vad vi behöver.
- Åker mer buss och cykel.
- Bytt till lågenergilampor.
- Använder torktumlaren mycket mindre.
- Nysisolering av fönster, temperatursänkning, släcka lampor i rum vi inte befinner oss i.
- Kokar med lock. Stänger av digitalboxen. Duscha kortare tid. Sänker effekten på bergvärmepumpen.
- Installerat luft/luft/värmepump.
- Säkrat om från 20 A till 16 ampere.
- Isolerat vinden.
- Försökt att minska användningen av varmvatten.
- Funderat på solpaneler och solceller, minskat bilåkande, mer buss, mer buss och tåg, mindre bensin, mer etanol, använda basvaror/råvaror mer i matlagningen, bättre sortering av återvinning - mer blir sorterat.
- Ytterligare experimenterat med belysningen. Bytt till snålspolande toaletter. Fått alla barnen medvetna och delaktiga i stand-by hanteringen.



HÅLLBAR VARDAG I GÄVLE



- Avslagen värmepump under sommaren. Test av LED-spot-light.
- Investerat i ny kyl och frys. Använder torktumlaren endast i nödfall.
- Monterat termostater på alla element (fjärrvärme). Försöker att inventera eldrivna apparater/maskiner för att bli medveten om dess kostnader - och kanske ändra användningen av dem.
- Varmkomposterar på ett mera strukturerat sätt, överhuvudtaget ser till redan vid inköp på återvinningsbiten.
- Stänger vi av datorn, skärm och annat via kombinationsskarvdosa så att allt stängs helt av.

Hur upplevde familjerna att medverka i Hållbara familjer?

I vår utvärdering ställdes frågan:

”Vad har er medverkan i Hållbara familjer inneburit/betytt för er?”

Det kom in både konkreta svar men även lite längre kommentarer från en del av familjerna.

Informationskanaler

I första hand ser vi familjerna som de största informationskanalerna. Genom dem har vi nått ut till deras arbetsplatser, skolor, släkt och vänner. Vi har använt oss av stadstavlorna i Gävle, gjort reklam i stadsbussarna och på webbplatser som vår egen hemsida www.gavle.se/hallbarafamiljer, genom medlemstidningar och i dagstidningar där vi annonserat efter familjerna. Hållbara familjer har även fått ett stort medialt intresse.

Uppmärksamhet kring Hållbara familjer i media

Dagstidningarna Arbetarbladet och Gefle Dagblad

Dagstidningarna i Gävle visat stort intresse av projektet och tidningarna har bidragit till att projektet har blivit synligt för många gävlebor. Vid de flesta träffar har media varit på plats.

Totalt har det varit 8 artiklar i Gefle Dagblad och i Arbetarbladet. Tidningarna har även tagit kontakt med familjerna för undersökningar och artiklar om andra ämnen som kan kopplas till hushåll. Bland annat inför riksdagsvalet gjordes ett stort reportage om en av familjerna.

TV4

Hållbara familjer har medverkat i TV4 vid 3 tillfällen. Vid Kick-offen, vid Energideklarationen hemma hos familjen Pettersson Ågren, och vid tematräffen om Cykel.

Ekonomi i pengar och i tid

Vi har gjort en sammanställning över hur mycket kostnader det varit kring projektet det varit plus hur mycket tid projektgruppen totalt lagt ner.

Kostnad i kronor

Total kostnad för projektet förutom arbetstid 219 000 kr:

- Hyra lokaler
- Annonsering lokalstidningar
- Hållbar VarDag-kassar (marknadsföring)
- Föreläsare



HÅLLBAR VARDAG I GÄVLE



- Fika och middagar
- Give a ways i form av värdekort, även kallat reskassa, Sparsam körning-utbildningar, energimätare, vågar, energideklaration, återvinningskassar, Gävle Energis Elsparbok, grenuttag, ficklampa, lågenergilampor, rygsäckar, bad och biobiljetter.

ISA-utrustning, ISA står för Intelligent hastighetsanpassning, bekostades av Trafikverket.

Nedlagd arbetstid

Det har varit en stor skillnad i nedlagd arbetstid för projektgruppen år 2. Den beräknade arbetstiden är en uppskattning.

Förutom den tid som lades ner på de träffar projektgruppen hade med familjerna möttes projektgruppen under året cirka en gång per månad för planering och alltid en timme innan tematräffarnas start. Efter cirka ett halvår gjordes en halvtidsutvärdering och efter det andra årets utgång användes en heldag för utvärdering.

Projektledare

30 % av tjänst

Projektledaren har under året lagt tid på följande:

- Tid för planering av upplägg
- Förberedelse för möten med projektgrupp och familjer
- Möten kvällstid
- Arbete med webben
- Pressinbjudningar
- Planering av innehåll webbenkäter

Energi

Uppskattat arbetstid: 100 h uppdelat på två personer.

Återvinning

50 h uppdelat på en person.

Mat

För området Mat har vi lyft ekologiskt och närproducerat vid varje träff vi haft med familjerna genom att bjuda på ekologisk och närproducerad mat vilket gör det svårt att beräkna arbetstid. Projektledaren har bidragit med 10 h.

Resor

75 h uppdelat på en person.

Samarbetspartners

- Gävle Energi
- Gästrike Återvinnare
- Bygg och Miljö
- Tekniska kontoret
- Kommunledningskontoret
- Gävle Stadshus restaurang



HÅLLBAR VARDAG I GÄVLE



- Sodexo
- Studieförbundet
- Studieförbundet Vuxenskolan
- Högskolan i Gävle
- Fjärran höjder
- Bil- och cykelhandlarna i Gävle
- X-Trafik
- Swebus
- Diléns Saluhall
- Berglunds Bageri
- Trafikverket
- Hemlingby stugan
- Gävle Central konferens

Framgångsfaktorer

- Samverkanspartners
- Medieintresse
- Engagerade familjer
- Uppföljning av (o) vanorna
- Användande av webbenkäter vilket vi tjänat mycket tid på

Våra inspiratörer

Karlstad – Miljövardag www.karlstad.se/miljovardag

Kalmar – Klimatpiloterna www.klimatpiloterna.se

Våra familjers engagemang

HÅLLBAR VARDAG I GÄVLE



HÅLLBAR VARDAG I GÄVLE

