

# Mat- och Jordbrukssystem: Enkel Guide

## PRIMÄR MÅLGRUPP:

- Policyimplementerare och tekniska intressenter
- Regeringstjänstemän och ministerier
- Icke-statliga organisationer och internationella organisationer
- Akademiska och forskningsinstitutioner
- Programchefer som övervakar flera implementeringsplatser

*Denna omfattande version ger detaljerade korsreferenser, implementeringsriktlinjer och politiska kopplingar för de som samordnar ramverkets införande på organisations- eller regeringsnivå.*

## I detta dokument:

- [Vad är ramverket?](#)
- [Varför är det viktigt?](#)
- [Nyckelåtgärder för att komma igång](#)
- [Verktyg för att hjälpa dig](#)
- [Engagera dig](#)

*Mat- och Jordbrukssystem: Enkel Guide* är en kort och lättanvänd introduktion till *Mat- & Jordbrukssystemramverket*, skapad för bönder, urfolk, ungdomar, icke-statliga organisationer (NGO:er), lokala myndigheter och alla som vill förbättra matsystem. Den sammanfattar ramverkets stora idéer och ger enkla steg för att göra skillnad i din community. I linje med Globala målen (SDG:erna) och FN:s deklaration om urfolks rättigheter (UNDRIP) uppmuntrar denna guide dig att delta i rörelsen för hållbara, rättvisa och resilienta matsystem fram till 2035. Den ingår i [Start with the Seed Kit](#) och kompletterar hela ramverkets [Introduktion](#).

## Vad är ramverket?

---

*Mat- & Jordbrukssystemramverket* är en plan för att göra matsystem—hur vi odlar, delar och äter mat—bättre för människor och planeten. Det fokuserar på:

- **Hållbarhet:** Att odla mat på sätt som gynnar miljön, t.ex. regenerativt jordbruk.
- **Rättvisa:** Att säkerställa att alla, särskilt urfolk, kvinnor och ungdomar, får en rättvis del.
- **Resiliens:** Att bygga matsystem som klarar utmaningar som klimatförändringar eller konflikter.

#### Stora mål fram till 2035:

- Minska hunger med 50 %.
- Gör 30 % av jordbruksmarken regenerativ (miljövänlig).
- Utbilda 5 miljoner bönder, inklusive i Traditionell Ekologisk Kunskap (TEK).

*Förklaring på enkelt språk:* Det här är en plan för att odla mat på ett sätt som är bra för jorden, rättvist för alla och anpassat för tuffa tider, med mål som mindre hunger och grönare jordbruk.

**Anslutning:** Stöder SDG 2 (Noll hunger), SDG 13 (Klimataktion) och SDG 15 (Liv på land).

## Varför är det viktigt?

---

Våra matsystem står inför stora problem:

- **Hunger:** Över 700 miljoner människor har inte tillräckligt med mat.
- **Klimatförändringar:** Jordbruk kan skada miljön, men det kan också hjälpa till att bekämpa klimatförändringar.
- **Orättvisa system:** Småbrukare och urfolk förlorar ofta mot stora företag.

Ramverket erbjuder lösningar, som att använda TEK för bättre odling, ändra regler för att stödja småbrukare och dela kunskap för att stärka communities. Genom att agera nu kan du hjälpa till att skapa en framtid där alla har tillgång till hälsosam mat och planeten frodas.

*Förklaring på enkelt språk:* Matsystem fungerar inte bra—många går hungriga och planeten skadas. Denna plan hjälper till att fixa det genom att göra jordbruket rättvisare och grönare, och du kan vara med.

**Anslutning:** Stöder [Förändringsteori](#).

## Nyckelåtgärder för att komma igång

---

**Syfte:** Enkla steg för att delta i ramverket och göra skillnad i din community.

## 1. Lär dig om ditt matsystem:

- Prata med bönder, community-ledare eller lokala butiker för att förstå hur mat odlas och delas i [ditt område].
- Exempel: Fråga, "Vilka grödor odlas här? Har bönder problem med torka?"

## 2. Starta ett litet projekt:

- Testa ett pilotprojekt, t.ex. en community-trädgård eller regenerativt jordbruk på [t.ex. 1 hektar].
- Använd [Verktyg för Självsfattning av Pilotberedskap](#) för att kolla om du är redo.

## 3. Samarbeta med urfolk:

- Partnera med lokala urfolksgrupper för att lära dig TEK, t.ex. traditionella sätt att spara frön eller sköta jord.
- Använd [Mall för Integration av Traditionell Ekologisk Kunskap \(TEK\)](#) för respektfull planering.

## 4. Sprid budskapet:

- Berätta om lokala "mat-hjältar" (t.ex. bönder, ungdomar) på sociala medier eller community-evenemang.
- Följ [Handbok för Påverkansarbete](#) för tips.

## 5. Påverka för bättre regler:

- Be lokala beslutsfattare stödja grönt jordbruk eller rättvis handel för småbrukare.
- Kolla [Verktygslåda för Policysamordning](#) för exempel på lagar.

*Förklaring på enkelt språk:* Lär dig om lokal matproduktion, starta ett litet projekt, lär av urfolk, berätta för andra och påverka för rättvisa regler.

**Anslutning:** Stöder [Implementeringsmekanismer](#).

# Verktyg för att hjälpa dig

---

**Syfte:** Visa dig praktiska resurser för att agera.

- [Verktyg för Självsfattning av Pilotberedskap](#): Kolla om du är redo att starta ett projekt.
- [Mall för Intressentengagemangsstadga](#): Skapa en plan för rättvis samverkan.

- **Mall för Integration av Traditionell Ekologisk Kunskap (TEK):** Lär dig att använda urfolkskunskap i ditt projekt.
- **Mall för Uppföljnings- och Utvärderingsmatris:** Följ upp projektets framsteg.
- **Handbok för Påverkansarbete:** Tips för att sprida ramverkets idéer.
- **Verktyslåda för Polycysamordning:** Exempel på bättre jordbruksregler.
- **Modell för Kostnads-/Nyttobedömning:** Utvärdera om projektet är värt insatsen.

Hitta alla verktyg i [Verktysbiblioteket](#).

*Förklaring på enkelt språk:* Använd dessa guider för att planera, samarbeta, lära, följa upp, påverka och utvärdera.

**Anslutning:** Stöder [Verktysbiblioteket](#).

## Engagera dig

---

**Syfte:** Uppmana dig att agera nu.

- **Börja idag:** Välj en åtgärd från "Nyckelåtgärder", t.ex. att prata med en bonde eller starta en trädgård.
- **Gå med andra:** Koppla samman med lokala grupper eller online på [[globalgovernanceframework.org](http://globalgovernanceframework.org)].
- **Dela din berättelse:** Inspirera andra genom att berätta om ditt arbete (t.ex. med #FoodSystemsFuture).
- **Ge feedback:** Maila [[globalgovernanceframework@gmail.com](mailto:globalgovernanceframework@gmail.com)] eller använd kontaktportalen på [[globalgovernanceframework.org](http://globalgovernanceframework.org)].
- **Läs mer:** Utforska hela ramverket via [Index](#).

Tillsammans kan vi bygga matsystem som ger alla mat, skyddar planeten och inkluderar alla röster. Börja smått, tänk stort och agera nu!

*Förklaring på enkelt språk:* Börja med ett steg, samarbeta, berätta, ge feedback och läs mer om du vill.

**Anslutning:** Stöder [Kommunikation och förespråkan](#).

---

**Referens:** Denna guide sammanfattar ramverkets [Introduktion](#) och stöder [Intressentengagemang](#). Utforska [Index](#) för navigation eller hitta fler verktyg i [Verktysbiblioteket](#).