

ÄT BÄTTRE

VÄLJ KRAV-MÄRKT



I den här foldern berättar vi varför
KRAV-märkt är mer hållbart.

VERSION 4, FEBRUARI 2023



KRAVs regler är fler och tuffare än EU:s regler för ekologisk produktion. Ännu större är skillnaden mellan KRAV-märkt och konventionell produktion.




KRAV ÄR MER HÅLLBART

När vi säger *Åt Bättre!* vill vi uppmuntra dig att göra ett val som är hållbart inför framtiden. Om du väljer KRAV-märkt mat bidrar du till biologisk mångfald, god djurvälstånd, minskad klimatpåverkan och till bättre arbetsvillkor för anställda. Du får då mat som är producerad utan naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel och som är odlad utan konstgödsel. Den är dessutom extra mycket kontrollerad.

Att producera KRAV-märkt mat kräver bland annat större stallytor till djur och arbetskrävande mekaniska metoder för att rensa bort ogräs. Det gör att KRAV-märkt mat kostar lite mer, men det är en kostnad som ger mer hållbarhet.

FÖR KRAV-MÄRKT GÄLLER ALLA EU:s EKO-REGLER + FLER OCH TUFFARE REGLER



- + **BIOLOGISK MÅNGFALD** Det är förbjudet att använda naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel och konstgödsel, och att använda genetiskt modifierade organismer (GMO). Även regler för varierad växtföljd i odlingar och för att djuren ska beta mycket, bidrar till ökad biologisk mångfald.
 - + **GOD DJURVÄLFÄRD** Alla djur ska ges möjlighet att leva så naturligt som möjligt. De ska få vara ute och beta mycket. Det KRAV-märkta fodret ska till stor del odlas på gården. Läkemedel får inte ges förebyggande – djuren ska i stället skötas så att de håller sig friska.
 - + **MINDRE KLIMATPÅVERKAN** Alla KRAV-certifierade företag ska minimera sin klimatpåverkan genom att ha en varierad växtföljd som lagrar in kol, effektivisera sin energianvändning och använda 100 procent förnybar el.
 - + **BÄTTRE ARBETSVILLKOR** I KRAV-certifierad produktion är barnarbete förbjudet och anställda ska ha rätt att organisera sig. Reglerna behövs särskilt i producentländer med svag lagstiftning kring arbetsvillkor, men gäller även produktion i Sverige.
- ▶ All ekologisk livsmedelsproduktion i Europa måste följa EU:s regler för ekologisk produktion. Företag som gör det får märka sina produkter med EU-lövet. 

KONVENTIONELLT

- ▶ Svensk lagstiftning gäller. Det innebär exempelvis att det är tillåtet att använda naturfrämmande bekämpningsmedel och konstgödsel i livsmedelsproduktionen.
- ▶ För djurhållning gäller svensk djurskyddslag. Den har inte krav på utevistelse eller bete för vissa djurslag, som grisar, höns och kycklingar.


Se exempel på vad som gäller för produktion av KRAV-märkt mat, jämfört med EU-ekologisk och konventionell mat. →

MJÖLK

FÖR KRAV-MÄRKT GÄLLER ALLA EU:s EKO-REGLER + FLER OCH TUFFARE REGLER



- + Korna ska vara ute minst 12 timmar per dag under betessäsongen. Utöver betessäsongen ska de gå ute under minst två månader.
- + Fodret ska vara KRAV-märkt och en stor andel av fodret ska komma från bete.
- + Kornas hälsa ska systematiskt kontrolleras och följas upp.
- + De får kalva avskilt från andra djur.
- + Kalvarna får dia eller dricka komjölk genom en sugspene så att deras sugbehov tillfredsställs.
- + Kalvarna ska få smärtlindring vid och efter avhorning.
- + Särskilda regler finns för hur korna ska hanteras vid slakt för att minska stressen.

- ▶ Korna ska ha fri tillgång till bete eller grovfoder (exempelvis hö eller ensilage). 
- ▶ De får ekologiskt foder producerat utan naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel och konstgödsel, varav minst 60 procent ska odlas på gården.
- ▶ Kalvarna får komjölk under sina första tre månader.

KONVENTIONELLT

- ▶ Korna ska vara ute under betesperioden och ha tillgång till bete minst 6 timmar i sträck per dygn.
- ▶ Naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel och konstgödsel är tillåtet vid odling av foder, och vid odling av gräs och klöver på vallar där korna betar.
- ▶ Kalvarna får dricka pulvermjölk ur napp eller hink.



93 procent av alla KRAV-certifierade gårdar med kor och får har naturbetesmarker, artrika marker som är mycket viktiga för den biologiska mångfalden.




ÄGG

FÖR KRAV-MÄRKT GÄLLER ALLA EU:s EKO-REGLER + FLER OCH TUFFARE REGLER



- + Värphönsen ska få vara ute större delen av dygnet under minst fyra sammanhängande månader maj-september. Stallet ska vara öppet mer än 12 timmar varje dag. På vintern ska de kunna gå ut på en veranda.
- + Deras rastgård ska vara beväxt med träd och buskar eller liknande där de kan söka skydd, så att de lockas att vara utomhus så mycket som möjligt.
- + De får KRAV-märkt foder, varav minst 50 procent ska odlas på gården.
- + De ska ha fri tillgång rotsaker, hö eller annat grovfoder att sysselsätta sig med.
- + De får bada sandbad med riktig sand för att hålla fjäderdräkten ren.
- + Det ska göras en plan för hönsen med fokus på förebyggande djurhälsoarbete och smittskydd.

- ▶ Värphönsen får vara ute på sommaren och sprätta och picka. De ska vara ute minst en tredjedel av sina liv. 
- ▶ Man får ha högst 6 hönor per kvadratmeter inomhus, och det ska vara minst 4 kvadratmeter per höna utomhus.
- ▶ De får ekologiskt foder producerat utan naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel och konstgödsel varav minst 30 procent ska odlas på gården.
- ▶ De ska få hö eller annat grovfoder att äta.
- ▶ De får inte ges förebyggande behandling med läkemedel.
- ▶ De ska ha minst åtta timmars nattvila i stallet, utan elektriskt ljus.

KONVENTIONELLT

- ▶ Värphönsen får hållas inomhus året om. De får även hållas i burar.
- ▶ Man får ha 7-9 höns per kvadratmeter.
- ▶ Naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel och konstgödsel är tillåtet vid odling av foder.

KYCKLING

FÖR KRAV-MÄRKT GÄLLER ALLA EU:s EKO-REGLER + FLER OCH TUFFARE REGLER



- + Kycklingarna ska få vara ute större delen av dygnet under minst fyra sammanhängande månader maj-september. Då får de äta gräs, sprätta och picka mask.
- + Dessutom ska de få vara ute under en del av dagen från tidig vår till sen höst, så länge väder och markförhållanden är lämpliga.
- + De får gå fritt inomhus. De ska ha tillgång till sandbad året om, även inomhus.
- + De ska ha fri tillgång till rotsaker, hö eller annat grovfoder att sysselsätta sig med.
- + Fodret ska vara KRAV-märkt, varav minst 50 procent ska odlas på gården.
- + Nybyggda stall ska ha en veranda där kycklingarna kan gå ut även på vintern.

- ▶ Kycklingarna ska kunna vistas ute under minst en tredjedel av sina liv.
- ▶ Utomhus ska varje kyckling ha minst 4 kvadratmeter egen yta och inomhus får det vara högst 20 kg kycklingar per kvadratmeter.
- ▶ Det ska finnas sittpinnar eller upphöjda platser på exempelvis halmbalar.
- ▶ De ska ha minst 8 timmars nattvila i stallet, utan elektriskt ljus.
- ▶ De får ekologiskt foder producerat utan naturfrämmande bekämpningsmedel och konstgödsel, varav minst 30 procent ska odlas på gården.
- ▶ De får inte ges förebyggande behandling med läkemedel.
- ▶ De långsamväxande kycklingar som används i ekologisk produktion slaktas vid ungefär 10 veckors ålder (ca 70 dagar).



KONVENTIONELLT

- ▶ Kycklingarna får hållas inomhus under hela livet, och då gå på ströbädd. Inomhus får det vara 20-36 kg kycklingar per kvadratmeter.
- ▶ De lever i 35 dagar innan de slaktas.
- ▶ Naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel och konstgödsel är tillåtet vid odling av fodret.
- ▶ Koccidiostatika, ett antibiotikum mot tarmparasiten koccidier, får blandas i fodret. Medlet klassas av EU som fodertillsats.



Nötkreatur i KRAV-certifierad produktion får vara ute och beta mycket under en stor del av sommarhalvåret.

NÖTKÖTT

FÖR KRAV-MÄRKT GÄLLER ALLA EU:s EKO-REGLER + FLER OCH TUFFARE REGLER



- + Djuren får vara ute och beta under en stor del av sommarhalvåret. Regler finns för hur stor mängd foder de ska få från bete.
- + De får KRAV-märkt foder, varav minst 75 procent ska odlas på gården.
- + De får ges maximalt 30 procent kraftfoder per dag.
- + Kalvarna ska få smärtlindring vid och efter avhorning.
- + Särskilda regler finns för hur djuren ska hanteras vid slakt för att minska stressen.

- ▶ Djuren får vara ute och beta.
- ▶ De får ekologiskt foder producerat utan naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel och konstgödsel, varav minst 60 procent ska odlas på gården.
- ▶ De ska ha fri tillgång till grovfoder (exempelvis hö eller ensilage).
- ▶ De får ges maximalt 40 procent kraftfoder per dag.
- ▶ De får inte ges förebyggande behandling med läkemedel.



KONVENTIONELLT

- ▶ Djuren ska vara ute under betessäsongen och ha tillgång till bete eller annan utevistelse hela dygnet.
- ▶ Naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel och konstgödsel är tillåtet vid odling av foder, och vid odling av gräs och klöver på vallar där djuren betar.

LAMMKÖTT

FÖR KRAV-MÄRKT GÄLLER ALLA EU:s EKO-REGLER + FLER OCH TUFFARE REGLER



- + Fåren ska ha tillgång till en rastgård utomhus även vintertid, utom då stallet är större och släpper in mer ljus och luft än minimikraven anger.
- + De får KRAV-märkt foder, varav minst 75 procent ska odlas på gården.
- + Slaktdjur och ungdjur får ges maximalt 30 procent kraftfoder per dag, exempelvis spannmål, soja, melass.
- + Fåren ska få lamma avskilt från andra djur.
- + Det ska göras en plan för djuren med fokus på förebyggande djurhälsoarbete och smittskydd.
- + Särskilda regler finns för hur djuren ska hanteras vid slakt för att minska stressen.

- ▶ Fåren får vara ute och de ska ha fri tillgång till bete eller grovfoder, exempelvis hö eller ensilage.
- ▶ De får ekologiskt foder producerat utan naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel och konstgödsel, varav 60 procent ska odlas på gården.
- ▶ Slaktdjur och ungdjur får ges maximalt 40 procent kraftfoder per dag, exempelvis spannmål, soja, melass.
- ▶ De får inte ges förebyggande behandling med läkemedel, eller avmaskas rutinmässigt.



KONVENTIONELLT

- ▶ Naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel och konstgödsel är tillåtet vid odling av foder.
- ▶ Rutinmässig avmaskning är tillåten.

GRISKÖTT

FÖR KRAV-MÄRKT GÄLLER ALLA EU:s EKO-REGLER + FLER OCH TUFFARE REGLER



- + Grisarna får gå ut året om. På sommaren får de beta och böka i jorden.
- + De ska ha möjlighet att bada gyttebad eller få annan vattensvalka under sommaren.
- + De får KRAV-märkt foder, varav minst 50 procent ska odlas på gården.
- + De ska få grisa avskilt från andra djur, och få tillräckligt utrymme och material att bygga bo av.
- + Smågrisar får avvännas när de är 40-49 dagar gamla.
- + Det ska göras en plan för grisarna med fokus på förebyggande djurhälsoarbete och smittskydd.
- + Särskilda regler finns för hur djuren ska hanteras vid slakt för att minska stressen.

- ▶ Grisarna ska ha möjlighet att vistas utomhus året om. Det kan räcka att de får gå ut på en betongplatta.
- ▶ De ska få halm att bygga bo av inför grisning.
- ▶ De får ekologiskt foder producerat utan naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel och konstgödsel, varav 30 procent ska odlas på gården. De ska ha fri tillgång till grovfoder, exempelvis hö eller ensilage.
- ▶ De får inte ges förebyggande behandling med läkemedel.
- ▶ Smågrisar får avvännas när de är 40 dagar gamla.



KONVENTIONELLT

- ▶ Grisarna får hållas inomhus året om.
- ▶ Naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel och konstgödsel är tillåtet vid odling av foder.
- ▶ Smågrisar får avvännas när de är cirka 26 dagar gamla.



De flesta grisar i Sverige får aldrig vara utomhus. På en KRAV-certifierad gård får alla grisar gå ut året om och på sommaren får de gyttebada och böka i riktig jord.

POTATIS

FÖR KRAV-MÄRKT GÄLLER ALLA EU:s EKO-REGLER + FLER OCH TUFFARE REGLER



- + Gödslingen ska anpassas efter grödans behov för att minska risken för växtnäringsförluster, och en gödslingsplan ska göras.
- + KRAV har fler regler för att bevara jordens bördighet genom varierad växtföljd.
- + Det är förbjudet att använda växtskyddsmedel som innehåller vissa kopparföreningar.
- + Regler finns för att begränsa växtnäringsläckage från odlingen, bland annat måste det mot vattendrag finnas en minst tre meter bred permanent bevuxen zon som inte får gödslas.

- ▶ Sättpotatisen ska vara ekologisk. Den får inte behandlas kemiskt.
- ▶ Naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel får inte användas.
- ▶ Konstgödsel får inte användas.
- ▶ Gödselmedlen ska huvudsakligen vara av organiskt ursprung, exempelvis djurgödsel och rester från livsmedelsförädling.
- ▶ För att behålla jordens bördighet och förhindra tillväxt av ogräs och angrepp av växtsjukdomar, måste man ibland byta grödor på åkern – det som kallas varierad växtföljd. Potatis bör inte odlas oftare än vart 3-5 år på samma fält. Efter potatis kan man odla spannmål eller vall (gräs och klöver).
- ▶ Bekämpning av ogräs och skadegörare ska i första hand göras med förebyggande metoder, exempelvis genom en bra växtföljd.
- ▶ Bekämpning av insekter och behandling av växtsjukdomar får ske endast med medel tillåtna enligt EU-förordningen för ekologisk produktion.



KONVENTIONELLT

- ▶ Naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel får användas. Över 60 kemiska produkter är godkända för användning i potatisodlingar mot ogräs, insekter, svampangrepp och för att döda blasten före skörd.
- ▶ Konstgödsel får användas.
- ▶ Det finns inga krav på att variera växtföljden på åkrarna. Potatis kan odlas flera år i rad på samma åker.

SPANNMÅL

FÖR KRAV-MÄRKT GÄLLER ALLA EU:s EKO-REGLER + FLER OCH TUFFARE REGLER



- + Gödslingen ska anpassas efter grödans behov för att minska risken för växtnäringsförluster, och en gödslingsplan ska göras.
- + KRAV har fler regler för att bevara jordens bördighet genom varierad växtföljd.
- + Regler finns för att begränsa växtnäringsläckage från odlingen, bland annat måste det mot vattendrag finnas en minst tre meter bred permanent bevuxen zon som inte får gödslas.

- ▶ Utsädet ska vara ekologiskt. Det får inte behandlas kemiskt.
- ▶ Naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel får inte användas.
- ▶ Konstgödsel får inte användas.
- ▶ Gödselmedlen ska huvudsakligen vara av organiskt ursprung, exempelvis djurgödsel eller rester från livsmedelsförädling.
- ▶ För att behålla jordens bördighet och förhindra tillväxt av ogräs, måste man ibland byta grödor på åkern – det som kallas varierad växtföljd.
- ▶ Bekämpning av ogräs och skadegörare ska i första hand göras med förebyggande metoder, exempelvis genom en bra växtföljd.



KONVENTIONELLT

- ▶ Naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel får användas. Över 160 kemiska produkter är godkända för användning i spannmålsodlingar mot ogräs, insekter och svampangrepp. Stråförlängningsmedel får också användas.
- ▶ Konstgödsel får användas.



Vid ekologiska odlingar finns i genomsnitt 50 procent fler arter av växter, bin och andra pollinerare – alltså mer biologisk mångfald.

GRÖNSAKER

FÖR KRAV-MÄRKT GÄLLER ALLA EU:s EKO-REGLER + FLER OCH TUFFARE REGLER



- + Gödslingen ska anpassas efter grödans behov för att minska risken för växtnäringsförluster, och en gödslingsplan ska göras.
- + Regler finns för att begränsa växtnäringsläckage från odlingen, bland annat måste det mot vattendrag finnas en minst tre meter bred permanent bevuxen zon som inte får gödslas.
- + I energikrävande växthus ska 80 procent av energin komma från förnybar energi eller spillvärme.
- + Konstljus får inte vara den enda ljuskällan i växthusproduktion.

▶ Frön eller plantor ska vara ekologiska. De får inte behandlas kemiskt.

▶ Naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel får inte användas.

▶ Konstgödsel får inte användas.

▶ Gödselmedlen ska huvudsakligen vara av organiskt ursprung, exempelvis djurgödsel eller rester från livsmedelsförädling.

▶ All odling ska ske i jord.

▶ För att behålla jordens bördighet och förhindra tillväxt av ogräs, måste man ibland byta grödor på åkern – det som kallas varierad växtföljd.

▶ Bekämpning av ogräs och skadegörare ska i första hand göras med förebyggande metoder. I växthus används exempelvis insekter eller spindeldjur.

▶ Bekämpning av ogräs får göras med värme eller elektricitet, men man får inte sterilisera jorden med värme.



KONVENTIONELLT

▶ Naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel får användas. Uppåt 50 kemiska produkter är godkända för användning i grönsaksodlingar mot ogräs, insekter och svampangrepp.

▶ Konstgödsel får användas.

▶ Odling får ske utan jord, och med endast konstljus.



Odling av KRAV-märkta grönsaker ger renare vatten och bördigare jord.

KAFFE

FÖR KRAV-MÄRKT GÄLLER ALLA EU:s EKO-REGLER + FLER OCH TUFFARE REGLER



- + De som odlar kaffet måste uppfylla KRAVs tilläggskrav för bättre arbetsvillkor. De anställda ska bland annat ha rätt att organisera sig, och barnarbete får inte förekomma. Kontrollen av detta kan ske via en social certifiering som KRAV erkänner (t ex Fairtrade eller Rainforest Alliance) eller genom ett certifieringsföretag som gör en kontroll hos odlingsföretaget utifrån KRAVs checklistor.
- + Mark med höga naturvärden får inte odlas upp.
- + Företaget som importerar råkaffe till Sverige för KRAV-märkning måste vara KRAV-certifierat. Kafferosteriet ska bland annat arbeta med energieffektivisering och använda enbart förnybar el.

▶ Naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel får inte användas.

▶ Konstgödsel får inte användas.

▶ Kaffet odlas ofta i skuggan av träd som också fungerar som kolsänkor.

▶ Ett certifieringsorgan som EU godkänner kontrollerar att kaffet har odlats ekologiskt innan kaffet importeras till Sverige.



KONVENTIONELLT

▶ Naturfrämmande kemiska bekämpningsmedel får användas. Kaffe är en av världens mest besprutade grödor.

▶ Konstgödsel får användas.

▶ Odlingen sker ibland i skuggan av träd som fungerar som kolsänkor, vilket är bra för klimatet. Men stora högvakastande intensivodlingar utan träd är vanligt.

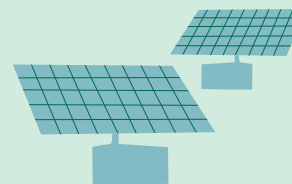


Det finns 8 KRAV-certifierade

företag som importerar råkaffe till Sverige och rostar det. Kaffet säljs sedan under ett tiotal varumärken.

KRAV:s VISIONÄRA MÅLBILDER

Vi vill att livsmedelsproduktionen ska bli ännu mer hållbar, och har därför tagit fram visionära målbilder inom fyra prioriterade områden, samt tidsbestämda mål kopplade till dem.



Läs mer om målbilderna och se alla mål på: www.krav.se/malbilder

Biologisk mångfald

Den biologiska mångfalden i lantbruket ökar. Den gynnas på gården såväl som i den omgivande miljön, både ovan och i jorden.

MÅLBILD

Mål

- ✓ År 2030 har den KRAV-certifierade arealen av naturbetesmark ökat jämfört med 2020.
- ✓ År 2030 har alla KRAV-certifierade lantbrukare utifrån förutsättningarna på sin gård utvecklat sätt att ytterligare främja den biologiska mångfalden.



Minskad klimatpåverkan

Livsmedelsproduktionen ger hållbart producerade livsmedel utan att bidra till den globala uppvärmningen.

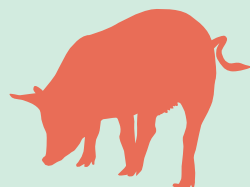
MÅLBILD

Mål

- ✓ År 2030 använder svenska KRAV-certifierade verksamheter förnybara drivmedel, och även uppvärmning, torkning och industriella processer görs med förnybara energikällor.
- ✓ År 2045 har det svenska KRAV-certifierade lantbrukets utsläpp av koldioxid och lustgas minskat så långt det är möjligt, och utsläpp som uppstår kompenseras genom kolinlagring.

Mål

- ✓ År 2030 har tillgängligheten till slaktanläggningar ökat och djurtransporterna minskat.
- ✓ År 2035 finns goda förutsättningar och system för mer omfattande samvaro mellan ko och kalv på KRAV-certifierade lantbruk.



Djurvälfärd

Samtliga djurslag får utlopp för sina naturliga beteenden och behov genom hela livet, och lantbrukets raser är sunda och robusta.

MÅLBILD

Mål

- ✓ 2030 kontrolleras arbetsvillkor och mänskliga rättigheter av en oberoende part i alla led i kedjan för KRAV-certifierade produkter, där produkten odlas och förädlas. Kontrollen ska utföras av en oberoende part, exempelvis en revisor med rätt kompetens kring arbetsvillkor och mänskliga rättigheter.



Bättre arbetsvillkor

Mänskliga rättigheter och bra arbetsvillkor gäller för alla som arbetar i hela livsmedelskedjan.

MÅLBILD

ÄT BÄTTRE FÖR EN MER HÅLLBAR FRAMTID

KRAV-märkt mat är mer hållbar, oavsett vilken
KRAV-märkt mat du väljer att äta. Du behöver inte vara
hållbarhetsexpert i matbutiken. KRAV-märket leder dig rätt.



KRAVs regler uppdateras kontinuerligt, i samråd med miljöorganisationer, producenter, företag med flera.
Du kan också se synpunkter på KRAVs regler. Läs mer om det på www.krav.se