

# ROAF POSTEN

Informasjon fra Romerike Avfallsforedling IKS // 2020

**ROAF**  
lanserer  
poselotteriet

IN  
NANESEN  
723  
75 678

Putt matavfallet  
i grønn pose og vinn  
kolonialvarer for  
**5000 kroner!**

Poselotteriet // Hva er greia med avokado? // Vi må opp i skoene til forbrukerne  
// 35 år med renovasjon // Plast er en ressurs // Plastfangeren med hjerte for havet  
// Miljøengasjert eller miljøvennlig? // Julens hente- og åpningstider

## Julegavepapir

Nordmenn bruker mye penger på julegaver, og spanderbuksene øker med alderen. I snitt bruker vi litt over 6000 kroner per person i julegaver i året. Men julegaver betyr også gavepapir i lange baner. Husk at julepapir ikke skal kastes som papp og papir. Julepapiret inneholder fargestoffer og belegg som gjør at det ikke lar seg gjenvinne. Papirfabrikkene ønsker seg altså ikke julegavepapir til jul, og derfor må både julepapir og gavebånd kastes som restavfall.



## Emballasje av glass og metall

Visste du at glass og metall kan smeltes om nesten i det uendelige? Lag en god rutine på at du tar med deg glass og metall annenhver uke når du likevel skal til butikken. Glasset du returnerer blir til nytt glass i nye flasker, eller det brukes som råstoff til produksjon av Glasopor skumglass eller Glava isolasjon. Hermetikkboksene ender opp som alt fra nye sykler, stekepanner eller stoler. Hvis du henvender deg til en gjenvinningstasjon kan du få fine og solide sorteringsnett – helt gratis.



## Batterier

Det skal bare én liten fyrstikk til for å starte en brann. Og det samme gjelder med batterier som feilaktig kastes i restavfallsposen. Avfallet utsettes for stort trykk i ettersorteringsanlegget og da kan selv det minste, lille batteri kortslutte og selvantenne. Kaster du batterier i restavfallet utsetter du renovasjonspersonell for stor fare. Det kan også begynne å brenne hjemme hos deg. Husk å tape polene på de gamle batteriene før du lagrer dem midlertidig. Brukte batterier kan leveres tilbake der du kjøpte dem, eller de kan leveres til én av våre åtte gjenvinningstasjoner.



## Vedsekker

Sorteringsanlegget vårt på Berger er dessverre ikke så begeistret for vedsekker eller juletrenett. Fibertrådene i vedsekkene er svært gjenstridige, og de henger seg lett opp i transportbåndene og sørger for driftsstans. Gjør deg selv og ROAF en stor tjeneste og ta med vedsekkene neste gang du er på en gjenvinningstasjon.

Takk  
for at du bryr  
deg!

### ROAFPOSTEN 2020

**ANSVARLIG UTGIVER**  
Romerike Avfallsforedling IKS

**REDAKTØR**  
Line Malmo

**TEKST**  
Fredrik Steen og Dinamo

**DESIGN**  
Dinamo



Legg oss til på sosiale medier og få med deg nyheter og tips og råd fra ROAF.  
facebook.com/roaf.no - instagram.com/dittraof  
Har du tatt et bilde du vil vi skal se? Tagg bildet ditt med #dittraof

**FORSIDEFOTO**  
Getty Images

**TRYKK**  
Rolf Ottesen AS

**KONTAKT**  
Tlf: 40 00 29 79  
firmapost@roaf.no  
roaf.no



## Endring av vaner

Det sies at et menneske trenger 30 dager på å utvikle en ny vane og 90 dager på å legge grunnlaget for en varig livsstil. Med et norsk, gjennomsnittlig livsløp som utgangspunkt er 90 dager overraskende lite, enten man har et mål om å trene mer, spise sunnere, smile mer – eller bli en bedre kildesorterer.

Vi mennesker er nok skrudd sammen slik at dersom vi først bestemmer oss for en varig livsendring, så skal det helst handle om noe vi subjektivt og kjøpt kan se resultatet av. Men det er nettopp der vi må utfordre oss selv. Et samfunns utvikling vil alltid være styrt av summen av alle valgene vi tar. Dersom alle hypotetisk sett skulle slutte å kildesortere på dagen, ville en slik situasjon svært tydelig ha påvirket ditt liv direkte. Nettopp derfor må vi alle ta innover oss at valgene vi tar får en konsekvens – på ett eller annet nivå.

Folk flest tenker nok ikke så mye på avfalls- og renovasjonsbransjen til daglig. Det er først dersom ting ikke fungerer at brorparten tar stilling og eventuelt mener noe. Nettopp det fikk jo Oslo innbyggere erfare for noen år siden, da avfallet fløt i både bakgårder og i gatene.

Ved hjelp av gode plukkanalyser får vi i renovasjonsbransjen et svært godt innblikk i innbyggernes vaner og uvaner. Vi ser fort hvem som tar bevisste valg og kildesortering på alvor, vi



*Noen mennesker tar ikke ansvar før mange nok gjør det. Derfor slutter vi aldri å tro på at det nytter å være et godt forbilde.*

ser hvem som er sånn passe flinke, og vi ser hvem som ikke bryr seg om annet enn å få avfallet sitt ut døra fortest mulig. Det er vanskelig å si om det er ærlig uvitenhet eller aktiv ignoranse som ligger bak når vi finner både brannslukningsapparater, vinduer og eksplosive nødbluss i restavfallet. Noen mennesker tar ikke ansvar før mange nok gjør det. Derfor slutter vi aldri å tro på at det nytter å være et godt forbilde.

Og nettopp derfor vil vi i ROAF benytte anledningen til å takke spesielt deg som er en aktiv og påpasselig kildesorterer, deg som har opparbeidet enkle men gode sorteringsvaner, og vet at matavfallet alltid skal i grønn pose og ingen andre steder. Og vil vil takke deg som alltid leverer farlig avfall og byggavfall på en gjenvinningstasjon – og ingen andre steder. Når vi når vårt overordnede miljømål om 70 % materialgjenvinning og ombruk av husholdningsavfall og lignende innen 2030 vet vi hvem sine skuldre vi står på.

Takk for at du går foran og viser vei!

Med vennlig hilsen

*Syngve Bjørke*  
Adm. dir

## ROAF lanserer poselotteriet

**VINN**  
kolonialvarer  
for 5.000 kroner  
– hver måned!

- Vi har stor tro på at dette kan bidra til å gjøre folk enda mer bevisste på at matavfallet ikke skal kastes i restavfallet, men kun i den grønne posen, sier kommunikasjonsdirektøren i ROAF, Line Malmo. Over halvparten av matavfallet i ROAF-kommunene kastes feilaktig i restavfallet, men med poselotteriet håper hun at trenden vil snu. Alt du trenger å gjøre er å legge matavfallet ditt i den grønne posen – og kun der. Knyt godt igjen med dobbel knute, og skriv på navn og telefonnummer med en svart sprittusj.

### Mars 2021

Fra og med 1. mars 2021 kan du være med på det nye lotteriet. Ikke bare er du med på å øke produksjonen av biogass, du er også med på å sørge for en mer stabil drift av ettersorteringsanlegget vårt på Berger:

- Når matavfallet kastes i restavfallet går vi ikke bare glipp av viktige ressurser,

men sorteringsanlegget vårt grises til og opererer ikke så effektivt som det gjør under optimale forhold. Kaster du matavfallet kun i grønne pose, er du med på å legge grunnlaget for en solid sirkulærøkonomi av beste sort. De fleste renovasjonsbilene våre går på biogass produsert av kundene sitt matavfall, sier kommunikasjonsdirektøren.

### Gavekort

Hver måned fra og med mars 2021 trekker ROAF en grønn pose fra ettersorteringsanlegget, og vinneren får et gavekort på kolonialvarer fra Kiwi på 5.000 kroner. En vanlig familie med to voksne og to barn har et månedlig matbudsjett på i overkant av 8.000 kroner, og et tilskudd på 5.000 vil være et godt bidrag til familieøkonomien til den heldige vinneren. I tillegg har vi tre ekstratrekninger i året på gavekort på hele 10.000 kroner.

## Slik deltar du:



Skriv navn og telefonnummer med en solid sprittusj – stort og tydelig på den grønne posen. Du kan også skrive på en hvit klistrelapp som du fester på posen. Hver måned kan du vinne kolonialvarer fra Kiwi på 5000 kroner, og tre ganger i året trekker vi ut et ekstra gavekort på hele 10.000 kroner!

## Matavfall = drivstoff

**Visste du at en renovasjonsbil kan kjøre en hel kilometer på 2,5 kilo matavfall?**

Alt matavfallet fra ROAF blir gjort om til biogass og biogjødsel på Den Magiske Fabrikken i Vestfold. Der tar de i mot matavfallet til 1,2 millioner mennesker – og produserer 9 millioner kubikkmeter med biogass i året, noe som tilsvarer effekten av 9 millioner liter diesel. I tillegg produserer fabrikken biogjødsel til landbruket. Når du kaster matavfallet – kun i den grønne posen – er du med på å holde renovasjonsutgiftene nede. De aller fleste renovasjonsbilene til ROAF går på biogass, mens de øvrige går på biodiesel. Biogassen er like effektiv som diesel eller bensin, men for at den skal være attraktiv ligger den prismessig lavest i markedet. Og best av alt: Den sparer miljøet for bruk av fossilt brennstoff.



Den Magiske Fabrikken i Vestfold.

## HVA ER GREIA MED AVOKADO?



### ER DEN MODEN?

Ingen fingertupper rett inn i avokadoen, takk – men et lett trykk med hele håndflaten eller på stilkenden.

Nordmenn elsker avokado. I snitt spiser hver nordmann 12 avokadoer i året. Men hvorfor har den ofte så ujevn kvalitet? Svaret kan være at vi klemmer for mye på den i butikken.

Det er utrolig kjedelig å måtte kaste mat, særlig når den er helt uspiselig før du før begynt på den. Nettopp derfor er kanskje avokado noe av det som oftest havner uspist i den grønne posen. Frukten, som rent botanisk er et bær med ett frø – er proppfull av ulike vitaminer og mineraler. Den er også svært kaloririk. Men til tross for alle de gode tingene med avokadoen kan det innimellom virke som om den enten er knallhard som stein, eller i full forråtning og helt uspiselig. Må det være sånn, Pia Gulbrandsen i BAMA?

- En fersk og moden avokado er en veldig følsom frukt. Det skal ikke mer til enn et støt eller et fingertrykk utenpå skallet, så reagerer den ved å bli brun i kjøttet.  
- Men hvordan skal vi kjenne på den, da?

- Ikke trykk på skallet med fingertuppene. Legg hele i håndflaten og trykk lett på hele frukten eller på stilkenden. Du kjenner fort om den er passe myk eller overmoden.

En avokado som er umoden, kan ettermodnes hjemme, forteller kommunikasjonsdirektøren i BAMA. Legg avokadoen i en tett plastpose, gjerne sammen med et eple eller tomater. Disse utvikler etylen, en type naturlig gass som fremskynder modningen. Plastposen bør ligge i romtemperatur og avokadoene er modne i løpet av et par dager.

Bama introduserte nylig spisemodne avokadoer pakket en ny type pappemballasje som sørger for en reduksjon av plastforbruket med 37,7 tonn i året.

- Vi har over tid jobbet med å redusere plasten rundt avokado. Tester viser at den nye emballasjen øker holdbarheten til avokadoene, og dermed reduseres også matsvinnet.

## FAKTA OM AVOKADO

- Avokado er et tre som vokser i tropiske og tørre områder.
- Treet kan bli tjue meter høyt, men gir ikke frukt før etter minst 5 år.
- Rent botanisk er avokadoen et bær med kun ett frø.
- Avokadofrukten modnes ikke mens det er på treet.
- Er proppfull av ulike mineraler, vitaminer og næringsstoffer, og et jevnt inntak av avokado kan forebygge blant annet hjerte- og karsykdommer overvekt og diabetes.
- Rik på blant annet A-, B-, C-, E- og K-vitamin, samt folat, magnesium, kalium, kobber, jern, sink og nikotinsyre (B3-vitamin).
- Har et høyt innhold av umettet fett, og 100 gram gir omtrent 220 kcal.
- Ikke noe annen frukt har høyere fiberinnhold.
- Krever mye vann i dyrkingen – ca. 50 liter per frukt.



## «Avokado-skade»

Den er ikke akkurat like komplisert å åpne som en østers, men like fullt er «avokadoskade» en egen betegnelse hos de fleste norske legevakter. Vær forsiktig når du deler den i to med en skarp kniv. Glipper den kan man lett skade seg i håndflaten. **TIPS:** Bruk en vanlig smørkniv når du deler avokadoen, som regel går dette helt fint.



Foto: Mimsy Møller

# - Vi må opp i skoene til forbrukerne

70 % materialgjenvinning og ombruk av husholdningsavfall innen 2030? Hvordan skal vi klare det, Trond Blindheim?

- Det er vanskelig å holde et stabilt miljø- og klimafokus når det er så mye som skjer i verden. Selv om du skulle greie å engasjere deg én dag, så er de store begivenhetene for tett på oss. Det er rett og slett for mange store dramatiske nyheter i mediebildet som trekker oppmerksomheten bort fra miljø og klima. Miljøsakene kommer i bakevja sammenlignet med pandemien, nedstengning av samfunnet, permitteringer, konkurranser, terroraksjoner og presidentvalg i USA, for å nevne noe. Derfor er det en utfordring å få oppmerksomhet, sier Trond Blindheim til ROAF-posten. Han tror det kan finnes flere løsninger

for å få norske forbrukere til å bruke mer tid og energi på miljø og kildesortering. Langsiktighet og repetisjon er en god begynnelse. Og deretter enda mer repetisjon.

## Frittalende

Blindheim er kjent for å være uredd og frittalende. Ikke virker han å ta seg nevneverdig nær av at folk skjeller han ut, heller. I 2011 eplet han på seg en hel nasjon ved å totalslakke NRKs nye storsatsing «Hurtigruten – minutt for minutt». Sosiologen fra Bergen – nå bosatt på Nesodden, mente programmet var «hodeløst, platt og intetsigende

valium-TV». Slikt gjør man ikke ustraffet. I følge Dagbladet fikk han den gangen over 400 ulike utskjellinger på epost og SMS.

- Kanskje jeg bør planlegge pensjonisttilværelsen min på en øy i Korsika? Da får jeg kanskje tid til å lese alle hatmailene jeg har fått, sa Blindheim til Dagbladet i 2011.

## Pisk eller gulrot?

På spørsmål om det er pisk eller gulrot som fungerer best når det gjelder kildesortering er han imidlertid ikke i tvil: - Fryktappell og irettesettelse har liten effekt. Markedsforskere har undersøkt

slikt. Positiv appell gjennom ros har som regel bedre effekt enn negativ appell og skam. Hvis jeg jobbet i renovasjonsbransjen hadde jeg satset på unge forbrukere, de er mer miljøbevisste og åpne for informasjon. Og jeg hadde tenkt mer langsiktig. Men det er jo ikke renovasjonsbransjens ansvar å fikse alt selv. Innen forbrukeratferdsfaget forskes det mye på hvordan vi skaffer oss ting, og mindre på hvordan vi kvitter oss med ting. Hele syklusen må med i forbrukerfaget, sier Blindheim, og forteller om gleden ved å kunne lappe sykkel til sin voksne sønn på 36 år. Sykkelen stod ubrukt og far spurte hvorfor det hadde seg slik. Jo, den manglet luft i et dekk, fikk han vite.

- Jeg må jo si jeg følte en viss tilfredsstillelse ved å kunne lappe den punkterte sykkelstangen til min 36 år gamle sønn. Han hadde aldri lappet en punktert sykkel selv.

## Poselotteriet

- Vi i ROAF lanserer vårt eget poselotteri neste år, der man kan vinne gavekort på kolonialvarer ved å skrive navn og nummer på den grønne posen – etter returkartongmodellen.

Har du tro på denne metoden for å minske feilkasting av mat i restavfallet?

- Ja, absolutt. Positiv motivasjon er som sagt det beste. Bøtelegging og utskamning fungerer dårlig. Jeg har også en

viss tro på at man gir kunden beskjed om at avfallet ikke blir hentet dersom det ikke er kildesortert etter gjeldende regler. Folk vil jo ikke sitte på avfallet sitt selv.

- Hva tror du skjer med et samfunn som ikke kan reparere noe lenger?

- Folk har for mye penger i dag, og det betyr lite for svært mange om man kaster noe som fortsatt har livets rett. Men vi trenger likevel ikke være så pessimistiske, for vi ser jo en stadig økende miljø- og gjenbrukstrend, særlig blant unge forbrukere. Gjenbruk er blitt in og vi ser at gamle ting av høy kvalitet får sin rennessanse. Ting må produseres slik at de kan repareres. Det er ikke bare nostalgi som er grunnen til av LP-plater i vinyl og gamle Tanbergforsterkere er i vinden igjen. Ikke bare er det produkter av høy kvalitet, men disse forsterkerne lar seg jo reparere, sier Blindheim, og forteller også om det gamle Omega-uret fra 1958 som han arvet etter sin far. Hvis han sendte uret inn til fabrikk skulle de ha 7.300,- for reparasjonen. Men heldigvis fant han en Omega-klubb med pensjonerte urmakere som fikset den samme jobben for en tusenlapp.

## Miljøorganisasjonene

Den mangeårige rektoren ved Høyskolen Kristiania er altså mer optimistisk for

bransjen enn vi hadde fryktet. Han mener at den beste løsningen for renovasjonsbransjen er å alliere seg enda sterkere med miljøorganisasjonene:

- I dag er det snart ikke en eneste norsk bedrift som ikke profilerer seg gjennom miljøhensyn på et eller annet nivå, og alle bruker det for det det er verdt. Dette er en gylden mulighet til å komme opp i skoene til forbrukerne og lære dem opp etter en langsiktig plan. Husk, de unge er allerede med. Gjenbruk er trendy, og det er in å ta miljøhensyn. Jeg tror på et bredt samarbeid mellom bransjen, produsenter og ulike organisasjoner. Prosjektbasert jobbing med klare og tydelige mål må til.

## TROND BLINDHEIM (F. 1955)

- Sosiolog med lang erfaring fra reklame- og mediebransjen, samt Handelshøyskolen BI.
- Har gitt ut flere bøker om forbruk og forbrukeratferd, reklame og markedsføring.
- Siden 2005 har han vært rektor ved Høyskolen Kristiania.

## Feilkasting i restavfallet

Det er beklageligvis fortsatt mange som tenker at «søppel er søppel» og kaster hva som helst i restavfallet. Vi finner daglig og ukentlig de utroligste ting i restavfallet: brannslukningsapparater, støvsugere, bremsekiver, gressklippere og barnevogner – for å nevne et lite utvalg.

Til enhver tid står det en ansatt ved innkjøringsbåndet og tar ut det han kan manuelt. Det er en svært krevende jobb, og det går fort unna. Men innimellom rekker han ikke over alt, og det er da det uunngåelige kan skje: Feilkastet avfall kiler seg fast og ødelegger båndene eller andre sårbare deler av anlegget. Det er ikke alltid vi greier å reparere selv, men må hyre inn spesialister for å ta seg av problemet. Reparasjonene kan lett komme opp i sekssifrede beløp. Dette er kostnader som du som renovasjonskunde indirekte er med på å betale. Husk på det – neste gang du er fristet til å ta en kjapp omvei og ikke sorterer restavfallet ditt riktig.





« Jeg ser på jobben som god trim »

# 35 år med renovasjon

Definisjonen på en god arbeidsdag?  
For John er det nok at sola skinner.

Han stortrives på veien, noe en liten mannsalder i bransjen må kunne sies å vitne om. John Østegården har kjørt renovasjonsbil for ulike aktører i over 35 år. De siste tre årene har han kjørt for ROAF i Aurskog-Høland, og den spreke 65-åringen har tydeligvis ikke tenkt å kaste inn håndkleet ennå:  
- Nei, jeg har ingen planer om å gi meg, og vil holde på så lenge jeg kan, sier John til ROAF-posten. Han spretter opp de drøye to meterne til førerhuset på bilen som en ungdom. For moro skyld har han ofte vært utstyrt med skritteller, og ligger på et snitt mellom 13.000 og 18.000 skritt daglig på de rutene han kjører i dag.

- Jeg ser på jobben som god trim. På en rute jeg kjørte for noen år siden ble det 27.000 skritt per dag, sier han. I tillegg til de mange skrittene blir det også en god del tonn med beholdere som må trekkes frem og tilbake mellom bilene på hver eneste rute.

## Revolusjon

I løpet av sine 35 år i innsamlingsbil har 65-åringen fra Fosser vært vitne til en revolusjon i bransjen. Da han begynte i 1985 var renovasjon i Norge på et helt annet nivå, og begynnelsen på dagens

ordninger lå fortsatt 10–12 år frem i tid.

- Det var helt andre tider. Den gangen het alt «søppel» og innbyggerne hadde sekkestativer der alt gikk oppi – enten det var glass, metall, matrester, klær eller gamle aviser. Derifra gikk alt via innsamlingsbilen og rett på deponiet. Det var jo fremdeles mange som ikke ville være med på renovasjonsordningen, og det ble nok både gravd ned og brent avfall i stort monn.

*- Hvordan har alle disse årene i bransjen påvirket deg selv og ditt forhold til avfall?*

- Man blir jo mer bevisst når man jobber med det til daglig. Jeg tror både kona og jeg er ganske flinke til å kilde-sortere. Vi har to beholdere i oppvaskbenken, én for matavfall og én for restavfall. Og beholderne for farlig avfall og glass- og metallemballasje har jeg plassert i boden.

## Øl i søppelsekken

Selv om ikke arbeidskarrieren er over ennå, må det jo være lov å spørre om noen morsomme tilbakeblikk etter mange år i bransjen. Og John har flere historier på lur:

- Det har jo blitt noen desperate telefoner

opp gjennom årene. En gang ringte det en kar og spurte om jeg allerede hadde vært og tømt hos ham, noe jeg kunne bekrefte. Men det falt ikke i god jord, for han hadde gjemt unna flere ølflasker i søppelsekken som kona ikke skulle vite om.

## Bryllupsfest

Og så var det hun som hadde vært i bryllup. Hun hadde to plastposer i kofferten, én som hadde blitt brukt til søppel og én til alle smykkene sine. Beklageligvis hadde posen med smykkene havnet i avfallskurven da hun kom hjem:

- Hun var jo ganske fortvila, selvsagt, og lurte på om det gikk an å lete der jeg hadde dumpa flere dager i forveien, men det var jo en helt umulig oppgave.

*- Men hva er inntrykket ditt sånn generelt? Er folk flinke til å kilde-sortere?*

- Mange er heldigvis kjempefinke, men verstingene får du aldri med deg. For litt siden plukka jeg ut fire hele elgbein fra pappreturen. Sånn er det bare innimellom. Jeg har også kommet over et helt hundekadaver i restavfallet. Slike folk tror jeg det er vanskelig å endre på. Heldigvis er jeg utstyrt med dårlig luktesans!



## DETTE SKAL I DEN GRØNNE POSEN:

- potetkrell og lignende
- eggeskall
- skrotter
- fiskebein
- rekeskall
- beinrester
- kaffegrut med filter/teposer
- matrester generelt

## DETTE SKAL IKKE I DEN GRØNNE POSEN:

- kattesand
- avskårne blomster
- plast
- bleier
- snus og sigarettneiper
- emballasje
- papp og papp/kartong

MED MATAVFALLET I GRØNN POSE FRA INNBYGGERNE, KAN MAN KJØRE 40 GANGER RUNDT JORDEN



## PLAST I HAVET

- Bare 1 % av platen flyter på overflaten, 5 % ligger på verdens strender, mens resten ligger under overflaten og på havbunnen.
- Hvert år havner mer enn åtte millioner tonn plast i havet. Det meste kommer fra land.
- Plast brytes ikke ned.
- I gjennomsnitt får vi i oss 5 gram plast i uken, noe som tilsvarer vekten av et kredittkort.
- 80 % av platen i havet kommer fra land.
- 60 % av platen kommer fra fem land i Sør-øst Asia.
- Kun 14 % av verdens plastavfall brukes pånytt.
- 50–70 % av alt oksygen på jorda produseres i havet.
- 36 % av livet i havet har forsvunnet siden 1970.



Papp    Papir    Kartong

Papp, papir og kartong skal være rent og tørt når det leveres og kastes løst i beholderen.

## AVFALL PÅ GJENVINNINGSTASJON

- Trevirke vi mottar årlig tilsvarer plank som kunne strekt seg fra Oslo til Kairo.
- Vi kaster hageavfall tilsvarende 1,6 millioner thuaekker årlig
- Vi kaster tekstiler tilsvarende vekten av 12 millioner t-skjorter årlig.



## Automatisk sortering

Dersom du er innbygger i en ROAF-kommune trenger du ikke tenke på å sortere platen. Vårt hypermoderne ettersorteringsanlegg, ESAR, gjør nemlig denne jobben for deg. Kast emballasjen i restavfallsposen, så kan du konsentrere deg om matavfall i den grønne posen.

Enkelt for deg - viktig for miljøet!

## Plast i Norge

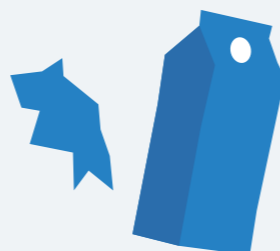
I 2019 ble det gjenvunnet omtrent 52.000 tonn plast, noe som tilsvarer i underkant av 10 kilo per innbygger.



I fjor kaster hver av oss glass og metallemballasje tilsvarende 50 syltetøyglass i restavfallet.



Hver av oss kaster mat tilsvarende 88 ferdigpizza i restavfallet.



Hver av oss kaster papir tilsvarende 270 A4 ark i restavfallet.

## TIPS

En hverdag uten plast er nærmest utenkelig for moderne forbrukere. Platen er et nyttig produkt så lenge den blir gjenbrukt eller ikke havner i havet eller i naturen. Men trenger vi å forbruke så mye som vi gjør? Her er noen tips til hvordan du kan bidra til å redusere ditt eget forbruk av plast:

### Brødposer

Så lenge posen er like hel og fin – hvorfor ikke bare bruke den om igjen? Rist ut de gamle brødsmulene fra posen på fuglebrettet, og skyll posen med litt vann etter behov. Gjøres det skånsomt kan posen fint brukes om igjen – både tre, fem og sju ganger.

### Plastfolie

Plastfolien er et anvendelig produkt til å dekke over matrestene i en fei, men det kan fort bli litt sløsing. Kjøp heller noen gode plastbokser med tett lokk som har nærmest uendelig holdbarhet. I handelen finnes det flere tilbydere av dekkeark av bivoks eller naturvoks som kan brukes i stedet for plastfolie over restemat og lignende. Slike kan brukes om og om igjen i omtrent et år. Når de har gjort nytten sin kan de komposteres sammen med hageavfallet.

### Handleposer

I stedet for handleposer av plast kan du skaffe deg noen gjenbruksnett av tekstil. Sørg for at de alltid henger lett tilgjengelige slik at du husker dem hver gang du skal handle. De fleste matvarekjeder selger gjenbruksnett i dag.

### Drikkevann

Ikke kjøp vann i plastflasker. Flaskevann er skremmende dyrt, og ikke minst sørger det for et enormt forbruk av plast. Kjøp en drikkeflaske i rustfritt stål som varer livet ut, eller fyll på gamle og tomme panteflasker med ditt eget springvann når du skal på tur.

### Emballasje

Kjøp og etterspør matvarer og forbruksartikler uten plast. Ta med din egen termokopp når du kjøper kaffe.

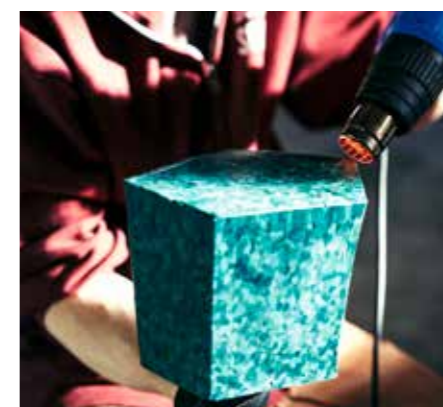
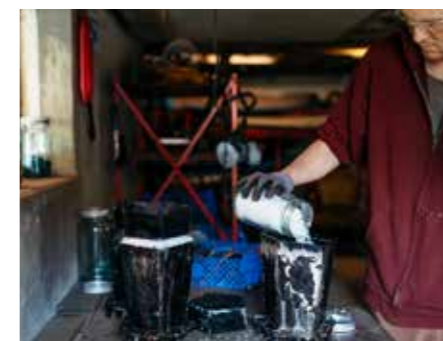


Foto: World Projects / Emil Solle

## Plastfangeren med hjerte for havet

Inge Kvivik er vokst opp langs sjøkanten, og havet har alltid vært en stor del av livet hans. Som tidligere Norgesmester i vind-surfing har han tilbrakt utallige timer blant bølgene. Men for noen år siden forsto han at noe var forferdelig galt med havet han er så glad i.

– Jeg begynte å forstå omfanget av plastproblemet da jeg så en kunsthjerte om albatrosser på Midwayøyene. Jeg ville så gjerne finne ut av hvordan jeg som enkeltperson kunne bidra til å løse problemet, forteller Inge.

Filmen han refererer til er laget av Chris Jordan. I denne ser man hvordan de store og storslåtte sjøfuglene, som lever i enorme kolonier milevis fra fastland og mennesker, forveksler plast med mat. Bildene av fugler som kveles og fugler med magesekker fulle av brus korker, taustumper og plastemballasje lar oss ane noen av de fatale konsekvensene plast på avveie har for livet i havet. Filmen ga Inge en ny kurs i livet.

– Jeg ble svært opptatt av problemet og kom etter hvert i kontakt med et nettverk

av folk som kjente på det samme. De hadde utviklet metoder og maskiner for å resirkulere og bruke plast på nytt i småskala.

Dette ble starten på prosjektet, merket og selskapet *Sjøløve.plastfangst*, der Inge fanger havplast og bearbeider den til vaser og andre designgjenstander.

– Jeg lagde en liten plastkvern, satt sammen av biter fra e-bay og deler jeg fikk tak i hos lokale industrileverandører. Så kjøpte jeg en ovn for å smelte platen og begynte å designe og sveise former for å støpe platen i. Tilgangen på materialer er dessverre ubegrenset, konstaterer han.

Materialet i produktene til *Sjøløve.plastfangst* har vært på en reise og har en historie. Hver gjenstand får et unikt design, og en ny mening, skapt og satt sammen av funnene i siste plastfangst.

– Det handler om å få hentet tilbake platen på avveie og lagre den sikkert sted. Hvorfor ikke i hjemmene våre, avslutter Inge.

«Gjenbruksfamilien» på Røykås:

## Det føles godt å ta ansvar

- Det handler bare om å lage seg gode og enkle rutiner. Det går egentlig av seg selv.



Foto: Fredrik Steen



### Kjøkkenkompost

Bokashi er et lukket system som med hjelp av mikroorganismer bryter ned matavfallet uten at proteiner, næringsstoffer, vitaminer eller mineraler går tapt. Etter få uker kan den fermenterte massen blandes inn med vanlig jord og det hele omdannes til næringsrik jord på kort tid.

Ruud-Hansen omtrent ikke har tenkt på akkurat det spørsmålet før:

- Dersom man lager gode rutiner går det jo av seg selv, og jeg har vel egentlig aldri tenkt på at det tar så mye tid. Når vi må leverer noe på et returpunkt tar vi det med i bilen når vi likevel skal handle på butikken. Og i motsetning til mange andre kommuner, så slipper vi jo å sortere plasten. Det er ikke så komplisert, sier Lasse. Elisa (8) rekker opp hånden:
- Trær og planter og tangen i havet lager oksygen som vi trenger for å puste. Og vi har snakket mye om plast i havet på skolen i det siste, og vi har sett bilder av at det flyter så mye plast i havet at det er som en kjempestor øy!

- Hva tenker dere om kildesortering i fremtiden?

- Som det brennheite forbrukersamfunnet vi er en del av må vi bare ta enda større ansvar. Jeg blir jo fortvila når jeg ser enkelte som bevisst lar andre ta ansvaret for avfallet sitt. Som for eksempel når folk kaster en gammel sofa på en parkeringsplass i skogen, sier Silje.

- Er det noe dere savner når det gjelder kildesortering, bortsett fra egen sorteringsstasjon på vaskerommet?

- Ja, det hadde jo vært greit med en egen beholder for glass- og metallemballasje, eventuelt at det stod flere slike returpunkter i nabolaget. Men det går fint som det er, altså.

Familien Ruud-Hansen på Røykås i Lørenskog er en aktiv familie, og etter skoletid handler det mye om både skigåing og dansing. Både Erika (12) og Elisa (8) er aktive i skisporet, og pappa Lasse er skitrener for 13/14-årsgruppa i Høybråten og Stovner IL. Turer i skog og mark blir det også tid til, og hytta i Nord-Odal er flittig i bruk, både i ferier og i helgene. Men til tross for et høyt aktivitetsnivå er det likevel tid til overs til å tenke på miljøet. Kildesorteringen under oppvaskbenken er for lengst godt innarbeidet, og i følge mamma Silje er de en typisk gjenbruksfamilie:

- Vi kjøper veldig mye brukt, både av klær og utstyr, og vi er alltid å se på Barnemessa i Nittedal. Det er jo ingen vits å bruke mer penger enn nødvendig, sier Silje, og avslører at hun også har ambisjoner for et fremtidig vaskerom:

- Jeg drømmer egentlig om et stort vaskerom med en egen sorteringsstasjon. Spesielt savner jeg en egen sortering for gamle og utslitte tekstiler, sier Silje Ruud-Hansen. Tobarnsmoren er også en erfaren kompostprodusent, og i sommerhalvåret går omtrent alt matavfall direkte i en egen «Bokashi-bøtte» under kjøkkenbenken. Bokashi er et lukket komposteringssystem for hjemmbruk der man produserer sin egen næringsrike plantejord av matavfallet. Silje forklarer:

- Det er veldig enkelt. Man bare strør på bokashi-frøene på matavfallet én gang om dagen, og på få uker får man en luktfri og fermentert blanding som

man blander med annen jord. Man kan umiddelbart begynne å plante, sier Silje. Frøene hun sikter til er egentlig hvetekli som er tilsatt mikroorganismer som setter i gang en fermenteringsprosess straks det kommer i kontakt med organisk materiale. Jorda blir svært næringsrik og proppfull av meitemark, noe kjøkkenhagen på Røykås har nytt godt av. De siste årene er det blitt plantet både sukkererter, krydderurter, salat og reddik – i tillegg til både bjørnebær og stikkelsbær.

*- Jeg drømmer egentlig om et stort vaskerom med en egen sorteringsstasjon.*

- Det er jo litt pussig at man skal drive og kjøpe plantejord når man kan lage det enkelt selv, sier mamma Silje, og for meg er det en stor glede å kunne holde på med dette. Det er kjempeenkelt, og det det føles godt å ta ansvaret for sitt eget avfall.

### Kildesortering

På spørsmål om kildesorteringen tar mye tid, virker det nesten som om familien

# Miljøengasjert eller miljøvenleg?

Klimatiltak kan ha mange former. Nål og tråd, til dømes.

Dersom du spør meg om eg er miljøengasjert vil eg svare eit høgt og rungande «JA!». Eg tenker mykje på plast, mellom anna. Dersom eg har tenkt på plastkoppar, plastbestikk og plastemballasje lenge nok, kan eg til og med bli så engasjert at eg skriv eit ivrig innlegg på Facebook. Om eg er heldig får eg mange andre til å hive seg på og meine enda meir – og gjerne noko gøy om den umoglege plastemballasjen på den nye barberhøvelen eg nyleg kjøpte. Det oppstår ofte heftige ordskifte i slike trådar og enkelte kan verte skikkeleg arge. Dersom nokon kan forske på den konkrete miljøeffekten av slike endelause nettdebattar hadde eg blitt svært glad. For det hadde jo vore stas om vi ein vakker dag kunne lese i avisa: «Diskuterte plast så fillene fauk – dagen etter var halvparten av plasten i havet borte».

Dersom du spør meg om eg er miljøvenleg vil eg kanskje seie at eg må tenke litt på det. Eg har sjølv stått for mykje sløsing opp igjennom åra, utvilsamt. Noko av det flauaste var den gongen eg kjøpte ein ny og dyr drill – berre fordi eg ikkje gadd å leite etter den drillen som eg visste låg i kjellaren. Og kvifor gjorde eg det? Fordi eg kunne. Fordi eg var lat. Pinleg? Ja. Skal eg gjere noko så tanke-laust og miljøfiendtleg igjen? I så fall må nokon ta frå meg retten til å bruke elektrisk drill på livstid.

Moderne forbrukarar let seg imponere av fancy emballasje. Ikkje berre skal vi drage nytte av sjølve tingen vi nettopp har skaffa oss, men sjølve emballasjen skal være imponerende og påkosta i seg sjølv, som eit lite kunstverk. Dette er òg grunnen til at ein mobiltelefon eller ein annan elektrisk artikkel har langt høgre andregongsverdi dersom du kan

selje den i den originale emballasjen. Tingen er kanskje ikkje heilt ny, men emballasjen gir oss ei slags kjensle av det likevel.

*«I så fall må nokon ta frå meg retten til å bruke elektrisk drill på livstid.»*

Vi kastar mykje, og mykje av det er meir enn brukbart. Min påstand er at vi gjer dette ikkje berre fordi tinga ikkje fungerer lenger, men òg fordi dei ikkje lenger ser nye og skinande ut. Det å kjøpe nytt er blitt så såre enkelt for oss, eit tastetrykk på nettet ein dag gir deg ein pakke på døra den neste. Og reparatørar vert det færre og færre av. Men det kan altså hende at du ikkje treng nye joggesko, kanskje det held lenge å vaske dei du alt har? Her om dagen såg eg ein kar på gjenvinningsstasjonen som skulle til å kaste fire strøkne terrengsyklar i containeren for jern og metall. Ein annan sjokkert kunde kom springande og spurte om han kunne få syklane før dei blei kasta. Og det fekk han. Fire fulldempa terrengsyklar i perfekt stand; gode dekk, bremsene fungerte optimalt, og det var luft i alle hjul. Og då er spørsmålet: Kvifor var det enklare for denne karen å kaste syklane på ein gjenvinningsstasjon enn å gje dei bort gratis til ein familie som ønska seg sykklar meir enn noko anna? Kan nokon svare på det?

Vi må lære oss å reparere igjen. Finne att gleden i å fikse, lime, skru, pusse og

lakke. Og eg har funne mi nisje: Eg er blitt ein kløppar med nål og tråd. Eg stoppar sokkar, eg syr igjen hola i underbuksene mine og eg lappar buksene, jakkene og parkdressane til ungane mine. Og vi har gjort det til ein kul ting å kjøpe brukt. Ungane diggar det, og vi sparar mykje pengar. Problemet no er at 7-åringen i huset trur at eg er god til å sy kva det skal vere, og ber meg innstendig om å sy henne ein kjole. I ein svak augeblink sa eg ja, men eg kan jo ikkje sy kjolar, eg kan berre fikse slitasjehola og dei rakna saumane! Hjelp!



**FREDRIK STEEN (51)**

- Journalist/komiker/skuespiller med 30 års erfaring fra ulike mediehus, scener, film og TV.
- Opprinnelig fra Ulsteinvik på Sunnmøre.
- I dag er Fredrik kommunikasjonsrådgiver i ROAF.

## Alternative hentedager i jula 2020

Kjære kunder! Vi som jobber i ROAF feirer også jul, og det betyr at vi ikke henter avfall på helligdager. Sjekk [roaf.no](http://roaf.no) for hentedager på din adresse, eller last ned appen Min renovasjon.

Noen av helligdagene faller på ukedager. Det betyr at noen av våre kunder vil få alternative dager for avfallshenting i jula.

Alle vil få henta avfallet sitt hver uke, men om man har hentedager vanligvis på torsdag eller fredag vil avfallet bli henta en alternativ dag.

Hvilken dag dette blir, kan variere. Vi ber derfor alle kunder om å la beholderne stå fremme til de er tømte.

Etter nyttår vil vi gå tilbake til vanlige dager for tømming.

*God jul!*

## Åpningstider på våre gjenvinningsstasjoner jula 2020

	Enebakk	Lørenskog	Nittedal	Aurskog-Høland	Berger	Fetsund	Sørumsand	Gjerdrum
<b>Mandag 21.12</b>	Stengt	10-19	Stengt	13-19	07-19	13-19	Stengt	Stengt
<b>Tirsdag 22.12</b>	13-18	10-19	13-18	07-13	07-19	Stengt	13-19	Stengt
<b>Onsdag 23.12</b>	Stengt	10-19	Stengt	07-13	07-19	Stengt	Stengt	13-19
<b>Torsdag 24.12</b>	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt
<b>Fredag 25.12</b>	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt
<b>Lørdag 26.12</b>	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt
<b>Søndag 27.12</b>	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt
<b>Mandag 28.12</b>	Stengt	10-19	Stengt	07-13	07-15	Stengt	Stengt	Stengt
<b>Tirsdag 29.12</b>	13-18	10-19	13-18	07-13	07-15	Stengt	Stengt	Stengt
<b>Onsdag 30.12</b>	Stengt	10-19	Stengt	07-13	07-15	Stengt	Stengt	Stengt
<b>Torsdag 31.12</b>	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt
<b>Fredag 01.01</b>	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt
<b>Lørdag 02.01</b>	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	09-15	09-14	Stengt	Stengt
<b>Søndag 03.01</b>	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt	Stengt



# Når julen er over

Juletreet skal leveres på en gjenvinningsstasjon. Når du gjør dette kan du i tillegg få kaste et lass med avfall helt gratis. Tilbudet gjelder ut januar.

**OBS!** Gjelder ikke Lørenskog gjenvinningsstasjon – som ikke tar i mot hageavfall.

Glanset gavepapir og bånd kan leveres gratis på våre gjenvinningsstasjoner. Husk at alt skal i gjennomsiktig avfallssekk. Det er svært viktig at glanset gavepapir ikke legges i papp- og papirbeholderen, da dette ikke kan gjenvinnes – men går til energiutnyttelse.

Vedsekker, gamle julenek og nylonnett til juletreet skal ikke kastes i restavfallet, men må også leveres på en gjenvinningsstasjon.



## Obligatorisk kildesortering

For at vi skal kunne hente avfallet ditt må disse kriteriene være oppfylt:

- Kildesorter alt avfall og kast det i riktig beholder. Matavfall skal kun i grønn pose – restavfall i egen pose. Husk dobbel knute!
- Sørg for god fremkommelighet til avfallsbeholderen.
- Avfallsbeholder må stå maks 5 meter fra kjørbare vei på tømmedag.
- Rydd/brøyt og strø foran og rundt beholder/container. Husk å fjerne snø på lokket også.
- Ikke overfyll beholderen. Lokket skal være helt lukket, og alt avfall må være på innsiden av beholderen.
- Tusen takk for at du bidrar til at våre renovatører får et godt og trygt arbeidsmiljø!