



**Schysst kaffe**

## Hjälpen ger tillbaka!

Nu hittar du Änglamarkskaffe med böner från bland annat Centralamerika. Det är bönder som fått stöd genom de pengar som medlemmar här i Sverige skänkt genom Kooperation Utan Gränser. Det innehåller 100 procent arabicaböner och är så klart KRAV-godkänt och Fairtradecertifierat.

Genom samarbetet med Kooperation Utan Gränser har nu arbetet gett resultat och utvecklats så att i Coops Änglamarkskaffe ingår nu kaffe från småskaliga odlare i Nicaragua, organiserade i kooperativ.

En av Nicaraguas många kaffebönder är 43-åriga Antonia Josefa López Gadea. När hon var 23 år fick hon en jordplätt av sina föräldrar så att hon kunde starta sin egen odling, inte långt från den plats där hon föddes.

I dag är Antonia med i det lokala kaffekooperativet som får stöd av Kooperation Utan Gränser. Kooperativet har även fått stöd att

ställa om till att odla Fairtrade-märkt kaffe och utbildning i hur man odlar ekologiskt.

- Vinsten blir större nu och vi får också en social premie för att vi odlar kaffe som är Fairtrade-märkt. Pengarna går till stipendier till de familjer som inte har råd att betala skolavgiften. Min dotter är en av de som har fått ett stipendium, berättar Antonia Josefa López Gadea.



**"Pengarna går till stipendier till de familjer som inte har råd att betala skolavgiften"**

Bakom varje kopp kaffe finns en familj. Tack vare samarbetet med Coop får kaffeodlarna hjälp med att exportera sina produkter.

Initiativet att importera från biståndsprojekten kom ursprungligen från Konsumentföreningarna Norrort och Väst som såg att kaffeodlarnas livsvillkor ytterligare skulle

kunna förbättras om man utöver stödet från Kooperation Utan Gränser fick ökade möjligheter att sälja sina produkter till ett bra pris. ▶



**Erik myser med elräkningen!**

Sid 3

**Missa inte förmånerna!**

- ✓ Snart dags för Baby & Barn!
- ✓ Nominera en aktiv konsument!
- ✓ Vem representerar dig?

Sid 4



## Biståndstips!

Här är några tips på enkla sätt att bista till Kooperation Utan Gränserns arbete.



### Bistånds-knappen

Panta på Coop och tryck på den gula knappen istället för den gröna, då skänker du din pant till Kooperation Utan Gränser.



### SMS

Enkla knapptryck på mobilen är ett smidigt sätt att ge bistånd.

Lätt!

### Kassa-bössor

Småpengar över? Lägg dem i kassabössorna som finns vid kassorna i Coops butiker och stormarknader.



### Gratis-gåva på nätet

När du handlar genom [godhandling.se](http://godhandling.se) ger din nätbutik ett bistånd till vald organisation.



På köpet



### Coop-påse

Vid köp av Coops papperspåse går en del av priset till Kooperation Utan Gränser.

VÄND!

## Biståndstips

Här är några tips på enkla sätt att bistå till Kooperation Utan Gränserns arbete.

### Biståndsknappen

Panta i en Coop-butik och tryck på den gula Biståndsknappen. Ett enkelt sätt att bidra till både en bättre miljö och en positiv utveckling i Afrika och Latinamerika. ▶

### SMS

Sms:a SJÄLVHJÄLP till nr 72950 så skänker du 50 kr. 50 kr räcker till att utbilda en bonde i Uganda i bättre odlingsmetoder. Resultatet gör det lättare för bonden att få mat på bordet och ett överskott från skörden som går att sälja. 50 kr räcker också till att köpa material till tre barn på ett kooperativt dagis i El Salvador. ▶

### Kassabössor

Varje krona är viktig! Exempel: 3 kr ger papayafrön till 10 träd, 10 kr ger studiematerial om bättre jordbruk och 15 kr ger en person utbildning i bättre odlingsmetoder som resulterar i mer mat. ▶

### Gratisbidra vid näthandel

GodHandling.se är en sajt för näthanling där anslutna företagen väljer mellan att betala en fast summa per beställning eller en procentsats på ordervärdet till Kooperation Utan Gränser. Godhandling samarbetar med nätbutiker som CDON, Euroflorist, Ellos, Net on Net, Jula, Ving samt Bokus. ▶

### Coop-påse

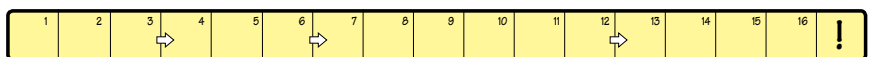
Varje gång du köper Coops papperpåse går 3 öre till Kooperation Utan Gränser. Årligen samlas 3 miljoner kronor in till Kooperation Utan Gränser på detta sätt. ▶

Vinn 100 kr!

## Kryssa och vinn!



VAR ÄR DET	GÅR UT I VÅR	DÖ-SNACK	PEJL FÖRORD	STYRDE I ÖSTER	BÄRS TILL HELGEN	4	VILA ELLER FÖRSTÖRET	BE-KÄMPAS I VÅRT LAND	3	KÖRAR STARK MIK	CARL XVI GUSTAV	SLUKAD	EDAMER	TORP
					STATERNA I STATERNA			SES PÅ OLJE-BURK					LÄTT	9
RENAR					15	SJUKAN								
INGET				ENKELT LIV					INTE RAK			PÅ STUBBEN		
			6	GRÄNS I ÖSTER SÅ					FUTARK				VIKT	
MAN	↓	FETT FÖRE FORUM		16		DEKOKT		GALT KOMMER IGEN	5		ÖPPIPI	10	GITTA	
GRÖTEN														STÅT-LIGT
ÄR EREMIT	KAL	SES FLYTA		TÖRKAD FRUKT	GAS	PATRIARK		UTREDARE AN-STÄLLA			BARN-MAT			↓
							1	VIND-GUD			FARA FÖR SPÄDISBAR	SAJON-MAA		
VITT VATTEN	14	LÄSES PÅ VARA		DÄR ÄR DE VITA	↓			8	HÅLLER VÄRMEN UTE					11
	2			OFF		REMMARE					SKRATT	BANK-SYMBOL	HAR SPÅR KAPAR AV	
DIGKUS REPER HÖGT				FASON		FÅGEL	13	SPARK-SKYDD		INTE HELT FAST	ROTSÄK			↑
			LAST I ADRESS		PRON. KOMPANI			ÄR STYGG FORD						
STRECK				KOLLAR AV						7		BB	SAMMA ÅT BÅDA HÅLL	
N O S V			12			NOBBADE BRÖNSET			TID OCH RUM					



Lös vårt julkryss och ta chansen att vara en av de tre som får ett presentkort på Coop värt 100 kr. All du behöver göra är att komma fram till meningen i de siffermarkerade rutorna och skicka svaret till oss! Skicka in ett vykort med den rätta raden till oss eller maila den till info@kfvast.se.

Postadressen är: Konsumentföreningen Väst, Box 7116, 402 32 Göteborg, Märk det med "Julkryset!"

Vi behöver ditt svar senast 9 januari. Vinnarna presenteras på www.kfvast.se och på vår facebookside och kontaktas av oss!

Lycka till och God Jul!

### I butik nu: Julskiva för Kooperation Utan Gränser

Coop ger tillsammans med Roxy recording ut en unik skiva med julstämning! Artisterna som sjunger är Sarah Dawn Finer och Malena Ernman!

Priset för skivan är 149 kr men medlemmar betalar bara 79 kr. För varje såld skiva går 5 kr till Kooperation utan gränser.

Finns i butik nu!



Solceller är grejen!



### Mina tre hjärtefrågor

Erik Kyrkander, om vad som är viktigt för honom just nu. Erik sitter i Konsumentföreningens styrelse.

1

#### Inget spill.

Just nu har vår familj bestämt att aldrig slänga någon mat vi bär hem i matkassen. Ofta "försvinner" 20% ner i komposten. Istället lyxar vi till det genom att köpa mat med PRIMA/Krav-kvalitet.

2

#### Månadsmys!

Efter att jag satte upp solceller har elräkningen förvandlats från skräckis till "månadsmys". Underbart!

3

#### Skogs promenader.

Bäst av allt just nu är dock skogspromenaderna. Efter att nyligen ha genomlidit ett benbrott förstår man värdet av att röra sig.

Citatet:

*"En människa är bara en produkt av sina tankar, det hon tycker, blir hon."*

- Mahatma Gandhi

Böcker om Gandhi hittar du på bokus, eller Akademibokhandeln!

# 9 kilo

... kaffe per person och år! Vi dricker näst mest kaffe i världen efter Finland. Kaffe är en av världens största handelsvaror och är en av de allra viktigaste exportvarorna för många utvecklingsländer.

(Källa: Fairtrade, Arvid Nordqvist)

## Vad äter du och vad är viktigast på julbordet?



### Orvar Thunström

Vi äter ganska vanligt. Det blir skinkan, köttbullarna, Janssons och

så. Porter är det viktigaste. Jag gör en egen mumma som jag blandar själv på den. Men allt är kanske lika viktigt.



### Elisabeth Edlund

Oj, vi gör inget annat än äter tycker jag! Vi tar det traditionella

men försöker lyxa till det lite extra. Det viktigaste är nog ändå skinkan.



### Eva Nikonoff

Naturligtvis äter vi julsinka, och mina egna köttullar med paprikabitar

i. Sill, revbensspjäll och Jansson måste vi också ha. Det viktigaste är inte vad som är på julbordet, utan vid. Och det är mina barn!



### Mattias Gulleberg

Det blir traditionellt med skinkan och Jansson. Men gärna skaldjur, t ex.

råkor. Det absolut viktigaste är att skinkan finns på bordet.

Vänd för månadens tips

- ✓ Snart dags för Baby & Barn!
- ✓ Nominera en aktiv konsument!
- ✓ Vem representerar dig?



## Vinn 300 kr! Årets konsument

### Känner du en aktiv konsument?

Känner du någon aktiv konsument? Vet du någon person eller organisation som gjort något bra under året? Som jobbat för konsumenter eller för förändring inom området mat/hälsa eller solidaritet?



Skicka in ett tips till oss per post eller på [info@kfvast.se](mailto:info@kfvast.se) och märk ditt brev med "Aktiv konsument" så är du med i utlottningen av ett presentkort på 300 kronor.

Den som får utmärkelsen Aktiv Konsument tilldelas förutom äran 10 000 kr och ett konstverk!

När du skickar nomineringen så behöver vi veta vem du är, om du vill vara med i utlottningen av presentkortet. Dessutom behöver vi veta vem/vilka du nominerar, samt en motivering varför.

## Påverka och nominera Föreningsstämma



### Vem representerar dig?

Din förening har över 360 000 medlemmar och kommer att ha föreningsstämma den 31 mars 2012. Då kommer styrelse och revisorer och valberedning att väljas. Känner du någon som du tycker kan representera det du vill ha ut av ditt medlemskap och det som Kooperationen står för så ska du höra av dig till oss.

De personer som väljs bör ha erfarenhet av folk rörelsearbete och självklart omfatta den kooperativa idén. Ekonomisk insikt och ett miljöengagemang är centralt, liksom intresse för konsumentnytta.

Dina förslag skall vara föreningen tillhanda senast den 31 januari 2011. Skicka in tips till oss per post eller på [info@kfvast.se](mailto:info@kfvast.se) och märk ditt brev med "Valberedningen".

## Mässa i Göteborg! Baby & Barn



### Barnsäkerhet & barnvagnstestbana!

Precis som tidigare är det massor av spännande aktiviteter och utställare på mässan. I år är det i år ett nytt inslag! Förutom de tidigare aktiviteterna och utställarna på mässan är det i år ett nytt inslag! Parallellt med den populära barnvagnstestbanan på Baby & Barn är det premiär för ett nytt användartest för mässans besökare. Den nya aktiviteten tar fasta på barnsäkerhet i bil och är ett samarbete med NTF Väst.

Boka in det redan nu!

**Baby & Barn arrangeras 2-4 mars.**  
**25% medlemsrabatt på entrén på fredagen 2/3 och söndagen 4/3.**  
**Max två personer per Coop MedMera**

Coop är på plats på den spännande Baby & Barn-mässan precis som förra året! De presenterar sitt stora sortiment av ekologiska barnprodukter!

För mer info: [www.babybarn.se](http://www.babybarn.se)

**Miss inte dina julerbjudanden!**  
Du hittar dem alla i den gröna medlemspunkten i din butik! Dra kortet och se vad du får!

Med reservation för tryckfel. **Medlem - Väst** är Konsumentföreningen Västs medlemstidning. **Upplaga** ca 100.000 exemplar. **Grafisk form:** Glypting. **Tryck:** Strålfors i Ljungby 2011. **Ansvarig utgivare:** Jonas Hellström  
**Medlem - Väst** trycks på miljövänligt papper. **Adress:** Box 7116, 402 32 Göteborg  
**Telefon:** 031-7428280 **Hemsida:** [www.kfvast.se](http://www.kfvast.se) **E-post:** [info@kfvast.se](mailto:info@kfvast.se)

