



MER MEDLEM

För dig som har Coop-kort och bor i Stockholm, Östergötland, Södermanland och Uppsala. Nr 5 • Augusti 2022



LÅGT PRIS ALLA DAGAR I VECKAN



Foto Anja Callius

”Det är vårt gäng som driver butiken. Vi gör det tillsammans och ser ett tydligt resultat av vad vi gör”, säger Helena Johansson (till höger i bild) som är butikschef i Coop Östermalmsgatan. Försäljningsledare Pernilla Ljungberg, håller med. ”Vi vill så mycket, önskar bara att vi hade mer tid”, säger hon.

säger Lars Ericsson, vd på KfS. Det är ett led i vår prisresa där vi vill stärka Coops position på marknaden med låga priser.

ATTRAKTIV ARBETSGIVARE

Det händer att kunder saknar inredningsprylarna från Netto och känslan av att de inte visste vad de skulle komma hem med, säger Helena Johansson som är butikschef i Coop Östermalmsgatan, men att man nu får beröm för att det alltid är ordning och reda i butiken. Hon berättar att Motalaborna är prismedvetna och vid det här laget har de lärt sig att butiken är ett billigare alternativ.

– Vi trivdes ju på Netto också, säger Helena Johansson, men Coop är en mer attraktiv arbetsgivare. Man känner sig mer betydelsefull som medarbetare. Coop är större och det finns utbildningar och utvecklingsmöjligheter för den som vill växa och gå vidare i företaget.

När Coop köpte lågpriskedjan Netto bytte butikerna utseende och sortiment, men medarbetarna blev kvar. För Coop Östermalmsgatan i Motala blev förändringen en vitamininjektion med större frihetsgrader och ökat engagemang.

Nya rutiner, nya skyltar, nytt kassasystem och inte minst ett nytt sortiment av varor. Förändringen var stor när Netto-butiken i Motala blev Coop våren 2020.

– Bytet till Coop kom i en jättebra tid för många av oss anställda, säger Pernilla Ljungberg som är försäljningsledare. Vi är ett litet sammanvävt gäng som har jobbat länge tillsammans, så det blev en positiv nystart.

Hon beskriver tryggheten i att ha jobbet och arbetskamraterna kvar samtidigt som det öppnade

sig ett nytt ansvar med spännande utmaningar och utvecklingsmöjligheter. Att butiken nu själv styr över hur varor ska exponeras ser hon som ett stort plus och hon stimuleras av att följa hur försäljningen utvecklas när en snygg exponering är byggd.

NYTT LÅGPRISKONCEPT

Jämfört med större butiker har Coop Östermalmsgatan ett begränsat sortiment med färre artiklar, men man kan enkelt handla frukost, lunch och middag här. Att urvalet av olika

varumärken för samma vara är begränsat håller kostnaderna nere och möjliggör en effektivare drift.

– Vi tillförde ett helt nytt lågpriskoncept till marknaden när vi öppnade de här butikerna,

COOP BAKOM KULISSERNA

I vår serie "Coop bakom kulisserna" har nu turen kommit till Coop Östermalmsgatan i Motala.

När Netto blev Coop

För tre år sedan köpte Coop Butiker & Stormarknader (CBS) alla lågpriskedjan Nettos 168 butiker i Sverige. Affären gav möjlighet till prissänkningar samtidigt som Coop blev näst störst på livsmedel i Sverige. Netto-butikerna har nu stöpts om till Coop-butiker och flyttats till sina geografiska hemvister i olika konsumentföreningar. Kvar i KfS område finns ett 20-tal före detta Netto-butiker, varav Coop Östermalmsgatan i Motala är en.



FAMILJEDAG PÅ
SKANSEN

SÖNDAG
28 AUGUSTI

TOBBE TROLLKARL
CIRKUSSKOLA
EKOSTIGEN • KARUSELLER
OCH MYCKET MYCKET MER...



Läs mer på kfstockholm.se

Det är enklare
att hitta sig själv,
om man är två
som letar.

Bidra till att stärka ungdomar
och frigöra deras potential
genom att bli mentor!
[Läs mer på mentor.se](https://www.mentor.se)

Mentor
Mentorskap som frigör
ungdomars potential

HJÄLP OSS HITTA
ÅRETS HÅLLBARHETS-
ENTREPRENÖR

250 000
KRONOR SÖKER EN
VÄRDIG VINNARE

LÄS MER OCH
NOMINERA PÅ
[COOP.SE/ANGLAMARKSPRISET](https://coop.se/anglamarkspriset)

ÄNGLAMARK
PRISET 2022

Om giftsvamp på 29 språk

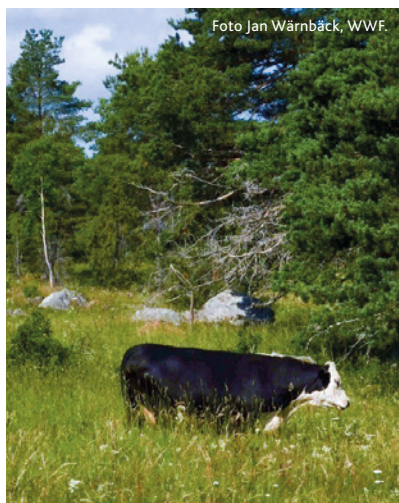
En utflykt i svampskogen är något som många gillar, men har du koll på giftsvamparna? Giftinformationscentralen och Svampkonsulenternas Riksförbund har tagit fram en broschyr på 29 olika språk om de farligaste giftsvamparna i Sverige och vad man bör göra om man drabbas av svampförgiftning.

Ladda ner broschyren från
giftinformation.se



Fortsatt satsning på naturbetesmarker

För tre år sen startade Kfs och Världsnaturfonden WWF ett gemensamt projekt där totalt 370 hektar nyrestaurerad naturbetesmark i Roslagen stängslades in och började betas av nötkreatur. Nu utökas samarbetet och omfattar inte bara fler platser i föreningsområdet utan även andra initiativ för att öka intresset för naturbetesmarker och naturbeteskött.



– Vi är jättegglade att samarbetet fortsätter och dessutom utökas till att inkludera diskussioner med djurhållare att satsa på naturbeteskött och utbildning för Coops personal på färskvaru-

avdelningarna, säger Lars Ericsson, vd för Kfs.

Naturbetesmarker är naturliga gräsmarker som inte gödslas eller plöjs av människor. Här är det i stället djuren som sköter marken genom att beta den. Djuren gör en viktig insats för att bevara artrikedomen i ängsmarkerna och hindra att de växer igen.

Samtidigt som naturbetesdjuren gör gott för naturen har naturbeteskött blivit en riktig favorit i Coops butiker.

– Vi ser en ökad efterfrågan och stort intresse för Coops certifierade naturbeteskött. På kort tid har vi lyckats dubbla försäljningen och satsningen som Kfs nu gör innebär att vi kan fortsätta möta den ökade efterfrågan. Det är samtidigt bra för svenska bönder som vill satsa på naturbeteskött och väldigt bra för den svenska biologiska mångfalden, säger Majsan Pense, kategorichef för kött på Coop.

Världens första metanreducerade nötkött

Det finns över en miljard kor på vår planet som genom att idissla, andas och rapa släpper ut metangas som påverkar klimatet. På så sätt är korna en del av klimatförändringen.

Nu har bioteknikföretaget Volta Greentech tagit fram ett algbaserat fodertillskott för nötkreatur, som minskar utsläppen. Algerna som är odlade i Lysekil har visat sig minska kornas dagliga utsläpp av metangaser med upp till 92 procent och i ett pilotprojekt i juli såldes världens första metanreducerade nötkött

i utvalda Coop-butiker. Köttet smakar precis som vanligt kött och har samma textur och näringsvärden. Och det finns inget som tyder på att korna som får fodret skulle må sämre.

Fokus ligger nu på att få fler gårdar att välja fodret och i förlängningen ge fler konsumenter möjlighet att välja bra kött även ur klimatsynpunkt. Preliminärt blir det möjligt i början av nästa år.

Volta Greentech ligger i framkant när det gäller foodtech och är ett av de företag Kfs valt att investera i för att underlätta omställningen till en mer hållbar livsmedelskedja.

Högsäsong för närodlat

Champinjoner från Östgötaslätten, gurka från Järna och äpplen från Södermanland är bara några exempel. Coop satsar stort på lokala odlare. Så här går det till.



Håll utkik efter loggan för Lokal mat i din butik.

TALA MED DIN BUTIK

om du saknar en lokalt odlad vara. Det är lätt för butiken att se om varan redan finns att beställa i din region, eller att fylla i en blankett för att föreslå en ny lokal odlare.

fyller krav på livsmedels-säkerhet, spårbarhet, kvalitet och socialt ansvar.

– På Coop vill vi vara bäst på frukt och grönt. Med lokalt odlat blir vårt erbjudande ännu starkare, säger Jens Thorsén. Dessutom är det hållbart och bidrar till matglädje i butiken.

Nu är det säsong för lokalt odlade grönsaker i vårt område och i Coops butiker märker man ett stort intresse. Det är roligt att handla lokalodlat och med kortare transporter bevaras smak och näring bättre.

– Med lokalt odlad menar vi frukt och grönt som odlas i samma region som butiken, till exempel i samma län eller närliggande län med naturlig koppling, säger Jens Thorsén som är driftansvarig för Frukt och grönt på Coop Sverige.

För närvarande fylls grönsaksdiskarna av rödbetor, morötter och andra rotfrukter, och snart kommer de smakrika svenska vinteräpplena. Hur härligt det än är med det lokalt odlade måste alla leverantörer först vara kontrollerade och godkända innan deras varor kan tas in i butiken. I avtalet med Coop garanterar odlaren bland annat att odlingen upp-

Fördelar med mat i säsong

- **Billigare.** Stor tillgång innebär ofta ett lägre pris.
- **Mer näring.** Ju närmare skörden, desto mer näring i grönsaker och frukt.
- **Mer smak.** Frukt och grönt som kan sköras mogna smakar mer.
- **Miljö och klimat.** Kortare transporter betyder lägre utsläpp.
- **Svenskt.** Gynnar svenska bönder och lokal livsmedelsproduktion.

Vi slänger 35 kg mat i onödan

Matsvinn är livsmedel som hade kunnat ätas upp om vi tagit bättre hand om det. Vi köper för mycket, glömmer det som står längst in i kylskåpet och kastar mat som blir över i stället för att äta upp resterna. Enligt Naturvårdsverket slänger vi 35 kg livsmedel i soporna eller avloppet per person varje år – helt i onödan. Det motsvarar mer än en fjärdedel av hushållens livsmedelsavfall. Resten är till exempel skal, ben och kaffesump.

Det här kostar för både miljön och plånboken. Stigande matpriser och ökad inflation innebär förstärkt också att svinnet blir mer kostsamt. Och faktum är att det enklaste och bästa du kan göra för både miljön och den egna ekonomin är att minska svinnet hemma.

Fler tips på vår kampanjsida kstockholm.se/slangintemat

4 SVINNTIPS:

- **Förvara maten rätt** så håller den längre. En bra temperatur i kylskåpet är +4 grader och i frysen -18 grader.
- **Planera**, handla inte mer än du behöver och ta hand om det du har.
- **Använd dina sinnen.** Titta, lukta och smaka. Ofta går mat bra att äta fast den passerat bäst föredatum.
- **Frys** sådant du inte hinner äta upp.

VILKEN TITEL?

I de flesta Coop-butiker finns en person som fungerar som länk mellan medlemmarna, butiken och föreningen. Leif på bilden möter du till exempel i Coop Tungelsta. Han har röstats fram av medlemmarna och har också rösträtt på föreningsstämman. Vilken titel har personer med detta förtroendeuppdrag i KfS?

Lämna ditt svar senast 6 oktober 2022 på kfstockholm.se/tavling eller skicka ett vykort till KfS, Box 3259, 103 65 Stockholm.

Vinst: Tio vinnare får 100 kr i presentcheck på Coop.

Rätt svar i förra numret: Trosa.

TÄVLINGEN!

I kriget mot hungern är hönan ett vapen

Kriget i Ukraina har skapat en global livsmedelskris och hundratals miljoner människor går hungriga. We Effect vägrar låta någon tallrik stå tom. En höna ger en familj långsiktig tillgång till näringsrik mat och en viktig extra inkomst. Försäljningen av ägg kan exempelvis avgöra om en familj har råd att skicka sina barn till skolan.

Swisha hönor som räddar liv. De kostar 40 kr styck.



MEDLEMSEERBJUDANDEN



Erbjudandena gäller för dig som har Coop-kort och är medlem i KfS. Med reservation för eventuella ändringar. Vill du ha fler erbjudanden? Logga in på coop.se och gå till "Mina inställningar". Bocka i att du vill ha Coops nyhetsbrev så får du vårt e-utskick varje månad.



Avtal för varje livssituation 40 % rabatt

LegalFriend är en personlig juristbyrå som gör vardagsjuridiken lite enklare. Med engagerade och erfarna jurister hjälper vi dig i just den unika situationen du är i, och på det sättet som du vill. Du kan få stöd med avtal rörande arv, gåvor, testamenten, framtidsfullmakter, köpeavtal och bodelning.

Tid: Till och med 31 december 2022
Medlemserbjudande: Alla avtal köps med rabatt om 40 %. Inga begränsningar i antal köp av avtal.

Läs mer och boka:
kfstockholm.se/erbjudanden



KfS Eskilstuna Runt 100 kr rabatt

Den 10 september blir det löparfest i Eskilstuna med knattelopp på förmiddagen och vuxenlopp på eftermiddagen. Du som är medlem får 100 kr rabatt till 5 km och 10 km.

Tid: Lördag 10 september 2022. Vuxenloppen startar kl 15.

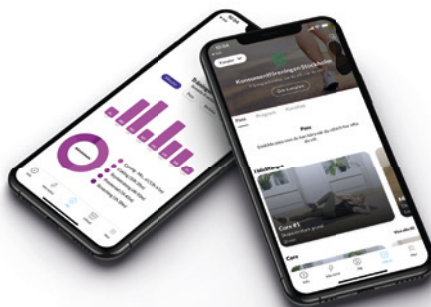
Plats: Stadsparken i Eskilstuna
Medlemserbjudande: 100 kr rabatt på ordinarie pris till 5 km och 10 km.
Mer info och anmälan:
kfstockholm.se/erbjudanden



Städtjänst från Buddy Company 30 % rabatt

Buddy Company ger dig "more time for life" genom att erbjuda alla tjänster för hemmet på en och samma plattform. Allt från städtjänster, målning, trädgårdstjänster till teknikhjälp såsom wifi-optimering, TV-installation och mycket mer.

Tid: Boka senast 30 september 2022
Medlemserbjudande: 30 procent rabatt på första bokningen av hemstädning.
Mer info: kfstockholm.se/erbjudanden



Träning och hälsa, när du vill och var du vill Två veckor för 1 kr

Med hälsoappen Twitch on Demand får du tillgång till ett fantastiskt utbud av pass, träningsprogram och föreläsningar. Pass för alla nivåer, från yoga, core och mindfulness till kondition och styrka. Prova under två veckor och träna så mycket du vill.

Tid: Till och med 30 oktober 2022
Medlemserbjudande: Prova hälsoappen under två veckor för 1 kr och därefter 129 kr/månad (ord pris 169 kr/månad)
Mer info: kfstockholm.se/erbjudanden



Kontaktinfo

KfS, Box 3259, 103 65 Sthlm. Tel 08-714 39 60
info@kfstockholm.se, www.kfstockholm.se

Medlemsservice

Frågor om medlemskap
tel 0771-17 17 17, val 2 + 2, vardagar kl 8–18.
medlemsservice@kf.se

KfS – Din konsumentförening

Vi är ägare till Coop-butikerna i Stockholm, Östergötland, Södermanland och Uppsala. Vår viktigaste uppgift är att göra Coop så bra som möjligt för våra 1,2 miljoner medlemmar. Vår övertygelse är att vi tillsammans bidrar till ett mer hållbart samhälle. Coop-kortet ger dig poäng, erbjudanden och inflytande.

Ansvarig utgivare: Helen Persson, KfS. Redaktör: Lena Aronsson, KfS.
Layout: AD Design. Tryck: Strålfors, Ljungby.