

Den föränderliga omvärlden styr våra val. I såväl vardag som matbutik.

Rapport 1 av 3 i serien "Mot 2030 – fem skördar kvar"
Januari 2025

Varför gör en bank en rapport om mat?

Vi har nu klivit in i 2025 och det är fem skördar kvar till 2030. Ett årtal som framför allt är i fokus för våra gemensamma ansträngningar för att nå en mer hållbar värld, med bakgrund i Agenda 2030 och de globala mål FN:s medlemsländer tagit fram och ställt sig bakom. En grundförutsättning för att nå dit är att vi har tillgång till bra mat, vilket vi alla är med och styr genom våra val – i så val vardag som matbutik.

De svenska lantbrukarna är hjärtat i den svenska matproduktionen. Mat och matproduktion är mer aktuellt än på länge. Inflationen och pandemin har påverkat våra köpvanor och med en allt mer osäker omvärld och Nato-inträdet som bakgrund ställs krav på Sveriges beredskap och självförsörjningsgrad.

Landshypotek Bank har finansierat Sveriges lantbrukare i snart 200 år. Även om vi idag erbjuder såväl sparkonton som bolån till bostadsrättsägare, villaägare och gårdsägare, har vi våra rötter i landets lantbruk.

I tre rapporter under våren kommer vi att djupdyka i frågor som rör mat, matproduktion och hur händelser i vår

omvärld påverkar förutsättningarna att producera och konsumera, ja du gissade helt rätt, mat.

Vår förhoppning är att vi ska kunna bidra till en ökad förståelse kring hur en sund och hållbar matproduktion kan se ut, och ge dig som konsument verktyg för att göra aktiva val. Tillsammans kan vi påverka utvecklingen och ta oss till en bättre plats.

I denna rapport

På kommande sidor kan du ta del av:

- En tillbakablick för att förstå var vi står
- Djupdykning i valen vi gör i vår vardag med beteendekonomen
- Matkostnadsparadoxen
- Ekonomisk utblick

En tillbakablick för att förstå var vi står

Det har varit några händelserika år med stor påverkan på oss alla. Mycket i vårt samhälle har fått nytt fokus, så som energiförsörjning, säkerhetsfrågor och krisberedskap – och inte minst valen vi gör i matbutiken. För att ta sikte på 2030 och förstå var vi står nu när vi precis har klivit in i 2025 tänkte vi börja med en tillbakablick för att se vad vi kan förvänta oss av de kommande åren. För stora delar av samhällets spelplan har förändrats under de senaste, rätt turbulenta, åren.

Pandemin som kom och gick

För ganska exakt fem år sedan kom de första nyheterna om ett nytt virus. Sedan gick allting i en rasande fart och hela världen satt i klorna på coronaviruset innan krokusen hann möta vårsolen. En pandemi är något man som liten läser om i historieböckerna eller något som målas upp i dystopiska serier. Vi är nog få som trodde att vi skulle få uppleva en pandemi, men det har vi nu gjort och det har satt sina spår.

Samhällets strukturer sattes på prov och mycket av det vi tog för givet var inte längre lika självklart. Världens företag fick problem med leveranser. Komponenter saknades, personal kunde inte ta sig till arbetsplatserna. Digitaliseringen i arbetslivet tog sjumilakliv för att klara av att hålla företagen flytande när restriktionerna var som hårdast. Ett flockbeteende i att bunkra toalettpapper och konserverburkar blev vardag. Butikshyllor gapade stundom tomma på grund av kollektivt ändrade köpbeteenden och brister i varukedjor. Att vi lever i en global värld med hårda kopplingar (och sårbarheter!) blev tydliga för oss alla.

Krig, inflation och mat

Pandemin höll oss i sitt järngrepp under två år, och när livet sakteligen började återgå till det normala skakades vi om ordentligt åter igen. Ryssland påbörjade sin orättfärdiga och fullskaliga invasion av Ukraina och det var för första gången på många år krig i Europa.

Pandemin hade redan satt ljus på den globala ekonomins tilltro till "just in time"-produktionen utan kostnader för lager. Kriget gjorde att frågan om försvar, livsmedelssäkerhet och NATO diskuterades vid köksbord såväl som i korridorerna på Rosenbad.

Energipriser rusade och med dem kostnaden för det mesta i vårt samhälle. Inflationen sköt i höjden (nåväl, betydligt mer än vad vi då var vana vid). Det här fick konsekvenser för alla. Priset på smör blev vår allas måttstock för "hur dyrt det blivit".

När plånboken krymper blir vardagens val mer aktiva. Vi kan tydligt se att färre väljer ekologiska varor, samtidigt som efterfrågan på livsmedel med "Från Sverige"-märkning ökar. Kanske står det svenska för något tryggt när omvärlden skakar?

Den trygga mittenfållan

Samtidigt har fler unga vänt ryggen till vego och börjat äta kött. Eller de unga är i alla fall inte är lika kategoriska och är snarare "vegetarianer" som äter kött ibland. Anledningen tycks främst vara av hälsoskäl, influerade av influencers som övergett vegotrenden, så som Yogagirl, men även att osäkerhet drar oss till mitten av åsiktsspektrat. När omvärlden är osäker, söker vi oss till den trygga mittenfållan.



Det här säger något om matens betydelse och vilken roll den spelar hos oss. Det är något som vi alla behöver – oavsett krig, inflation eller pandemi.

Men om det blev dyrt i mataffären för gemene man var det inget i jämförelse med kostnadstrycket hos lantbrukare. Med all time high-priser på det mesta som behövs för att kunna producera mat (gödsel, maskinkomponenter, energi, diesel) samtidigt som räntorna klättrade upp med inflationen. Känslan inom lantbruksskåren var stundom nattsvart i slutet av 2022 som sedan spädades på av ett riktigt dåligt skördeutfall 2023 på grund av extremväder.

Under tiden som ekonomin känns av i svenskarnas plånböcker och kriget i Ukraina fortsätter, lämnar Sverige formellt in ansökan om att gå med i Nato (maj 2022) och ett och ett halvt år senare inträdde vi som fullvärdig medlem (mars 2024). Det här kommer ställa krav på vårt samhälle på ett nytt sätt. Infrastruktur på gles- och landsbygd behöver säkerställas, livsmedelsberedskap och lagerhantering av samhällets nödvändigheter behöver hanteras.

Under tiden sätts spelplanen för klimatet och framtida matproduktion (brukande av jord och skog) i Bryssel

Under den senaste mandatperioden i Bryssel har Kommissionen, ledd av Ursula von der Leyen, satt klimatet och naturen högt på EU:s agenda. En rad nya regelverk har under mandatperioden förhandlas fram och är just nu under utrullning i medlemsländerna. Vi ska bli den första klimatneutrala kontinenten, samtidigt som natur, ekosystem och vatten återställs.

Klimatförändringarna händer inte längre bara ”där borta, där framme”, under sommaren fick italienska bönder se sina skördar ruttna bort på grund av för mycket vatten och andra såg aldrig någon skörd för att det helt enkelt inte kom något vatten. Senast nu under hösten 2024 drabbades Spanien och Valencia av extrema skyfall med förödande konsekvenser för såväl människor som infrastruktur.

Klimatförändringarna är inte längre något som väntar. De är här nu, och vi behöver förhålla oss till dem samtidigt som vi gör allt för att begränsa dem. Har vi nu en politik och förutsättningar som tar oss dit? Det återbesöker vi i nästa rapport i denna serie.

Delvis ute på andra sidan

Vi är nu i ett ekonomisk mer stabilt läge med inflationskurvor som pekar neråt och centralbanker som sänker räntor för att stimulera ekonomin. Elpriser är inte längre något som diskuteras i fikarummet och smöret, ja det kostar som det "brukar". De ekonomiska utsikterna har börjat ljusna för flesta. Men samtidigt har vi fortfarande krig i och i Europas direkta närhet. Säkerhetsläget är fortfarande högst instabilt samtidigt som klimatförändringarna påverkar fler och fler människor.

Det har varit år som minst sagt satt sina spår. I oss som individer, företag och samhälle. Den generation som aldrig tidigare upplevt att räntorna kan stiga och att krig och

pandemier kan lamslå samhällen har fått nya erfarenheter och perspektiv på sådant som vi tar för givet.

Vi är många erfarenheter rikare. Spelplanen framåt är både tydlig och osäker på samma gång. Kom ihåg att du alltid har ett val att göra. Ibland är det begränsat, men du har alltid ett val. Låt oss tillsammans göra val som tar oss ett steg närmare Agenda 2030.

/Malin Svedberg
hållbarhetsspecialist Landshypotek Bank



Beteendekonomen förklarar

Låt oss tillsammans med Evelina Gunnarsson, beteendekonomen på Ramboll, djupdyka i valen i vardagen. Varför gör vi som vi gör?



Är vi rationella konsumenter?

– Nej, det är vi oftast inte. Forskning på hur vi agerar och fattar beslut visar gång på gång att vi inte är rationella. Inom traditionell nationalekonomi finns en rad teorier som bygger på att vi människor är rationella, men det har visat sig att dessa modeller inte håller. De beskriver inte i tillräckligt stor utsträckning hur vi människor gör, tänker och agerar. Beteendekonomi som område började ta form på 1970-talet men fick sitt stora genomslag efter finanskrisen. Det finns psykologiska mekanismer och tankefällor som påverkar våra beteenden, som de klassiska ekonomiska modellerna inte tar hänsyn till.

Vad kan det vara för något?

– Att vi till exempel överskattar sannolikheten för att du ska råka ut för en terrorattack om du har läst mycket om det i media och därför undviker tunnelbanor och stora folksamlingar. Men du sätter dig gladeligen i bilen som vanligt, även fast du egentligen vet att risken för att du är med i en trafikolycka är betydligt högre än att du hamnar i en terrorattack.

Vad finns det mer som styr våra val och beteenden?

– Sociala normer, vad andra gör och hur vi uppfattas av andra är viktigt för oss. Vi ser vad andra gör och gör gärna likadant. Hamsterbeteendet som vi såg under pandemin kring toapapper är ett tydligt exempel på det. Det behöver inte vara något vi ser i vår omgivning, det kan också vara förväntan på mig från omgivningen det som beskrivs som norm.

Grupptillhörigheten är väldigt stark hos oss som människor och troligtvis också en nödvändighet för oss som människor för överlevnad. Det är en förutsättning för oss som samhälle att vi anpassar oss och ställer om när det behövs (som under en pandemi, krig eller högre kostnadstryck). Samtidigt ska man komma ihåg att vi ofta blir egoistiska i dessa lägen, och till exempel köper extra många paket mjölkersättning för att det är en bristvara och att andra då blir utan.

Något man ska ha med sig är att 95% av våra val sker omedvetet. Vi är rationella när vi är mindre pressande, har tid för reflektion och inte blir påverkade av intryck i vår omgivning. Mataffären är inte ett ställe där det är lätt att

ta grundade beslut, det finns ett informations- och valöverflöd som vi inte riktigt klarar av. Traditionell ekonomi utgår från att om människan har fler val blir hon mer nöjd eftersom det finns en möjlighet att då välja det bästa utifrån dina preferenser som individ. Men det finns en gräns. Med för många val och information blir det svårt för oss att göra bra val.

En tydlig trend den senaste tiden är att lågprisvaror och lågprisvaruhus har gått bra de senaste åren. Samtidigt ser vi att ekologiska varor, som också ofta är dyrare, tappar marknadsandelar. Hur tungt väger priset vid val i matbutiken?

– Självklart är priset viktigt, men vi som konsumenter överskattar oftast hur viktigt det är. Man tror helt enkelt att man går på pris oftare än vad man faktiskt gör. Och det här är en no-brainer för matbutiker. De har stenkoll på hur man påverkar människors val och beteenden.

Vi väjer till exempel oftare det som står på hyllorna i ögonhöjd eller det som står överst på menyn på restaurangen. Vi blir påverkade hela tiden, och priset är inte alls så styrande som vi tror.



Prisförankring eller "priming" är en effekt som är väldigt effektiv och som får oss att uppleva ett pris eller erbjudande som bättre. Kan du berätta lite mer om det?

– Något som du garanterat blivit utsatt för är på restaurangers menyer. Det finns ofta en betydligt mycket dyrare rätt vilket får de andra rätterna att kännas billigare. Känslan blir att man "sparar" pengar, vilket såklart inte är fallet på riktigt.

Hur ska man göra om man vill göra mer aktiva och medvetna val i matbutiken och i sin vardag?

– Det viktigaste du kan göra är att planera och sätta upp personliga regler inom din budget som du tror på. Det kan till exempel vara "jag vill stödja inhemskt livsmedelsproduktion, därför köper jag alltid ost med märkningen Från Sverige". När du då står för ett val i matbutiken har du redan tagit bort en rad alternativ och dessutom en tydlig regel att gå efter vilket förhoppningsvis underlättar ditt val.

Mental bokföring – varför håller vi på med det?



Som konsumenter håller vi på med mental bokföring. Vi delar helt enkelt in vår konsumtion och sparande på olika konton. Det kan vara "nöjen och resor", "mat" eller "långsiktigt sparande". Det här är ett tydligt avsteg från vanlig ekonomisk teori som utgår från att det är våra samlade ekonomiska resurser som spelar roll för möjligheten att konsumera.

Man utgår helt enkelt från att alla pengar är utbytbara, men så är det helt enkelt inte. Vi människor tenderar att hålla väldigt hårt i våra olika konton. Får du till exempel tillbaka pengar på skatten är det många som ser de som "gratispengar" och gladeligen lägger de på nöje och unnar sig något. Men det kan också vara att vi inte vill sälja av aktier som är avsatta för pension för att hantera tillfälligt lägre inkomster.

Varför håller vi på med det här då kan man fråga sig. Det kan vara ett sätt för oss att hantera bristande självkontroll. Att köpa ett dyrt gymkort, men som endast används ett fåtal gånger är ett försök till att hantera denna bristande självkontroll, även om det inte alltid lyckas. För en del hade det varit mer ekonomiskt att betala för separata träningsstillfällen.

Mental bokföring är en förklaring till att hushållens sparande ökade kraftigt under pandemin. Det mentala kontot "resor, kulturupplevelser och restaurangbesök" fylldes på snabbare än vi hann spendera på grund av restriktioner (för den som behöll sitt jobb och inkomst) vilket drev upp det totala sparandet.

Matkostnadsparadoxen

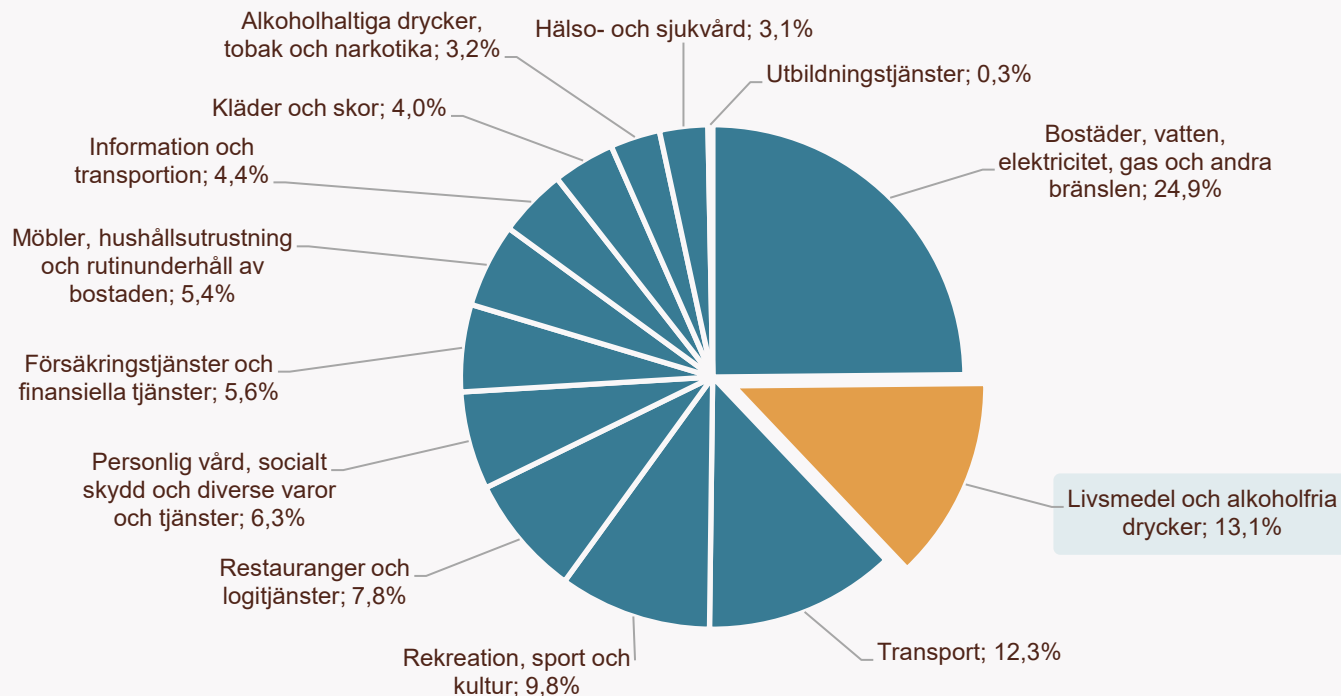
De senaste åren av högre inflation, turbulent omvärld och höjda produktionskostnader har fått det mesta att bli dyrare, så även maten. I rapporten "Fakta om maten: Är maten dyr i Sverige?" (Svensk dagligvaruhandel, 2024) framgår det att svensk mat har blivit dyrare, men samma trend syns i hela EU.

Om vi jämför oss med våra närmsta grannar i Norden har den svenska prisnivån faktiskt varit lägst. Oavsett så bidrar inflation till att konsumentens plånbok "krymper", köpkraften är negativ och pengarna räcker helt enkelt till mindre. Samtidigt visar rapporten "Fakta om maten: Större kaka, men mindre bit" (Svensk dagligvaruhandel, 2024) att svenskarnas köpkraft de senaste åren har ökat men att en allt mindre andel av sin totala konsumtion läggs på livsmedel.

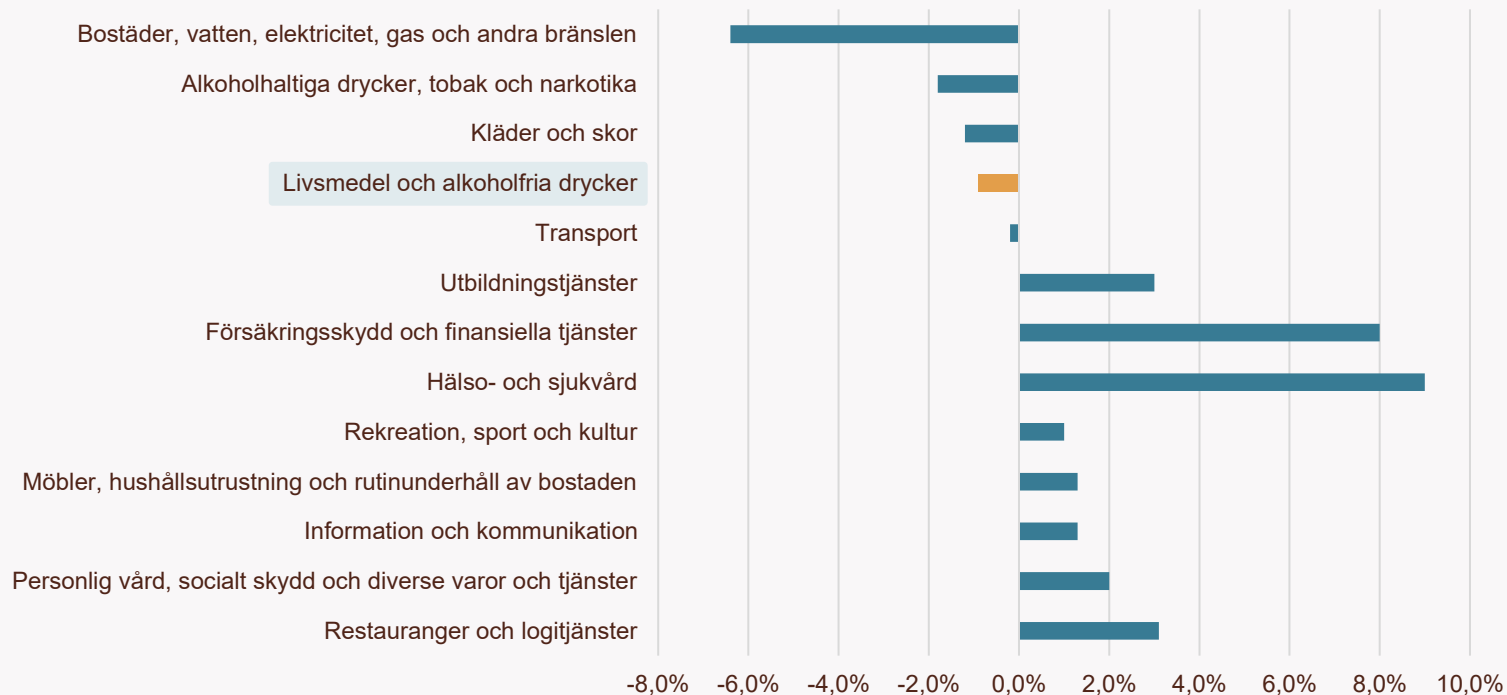
I början av 1900-talet uppgick livsmedelsutgifterna (inkl. alkoholfria drycker) för ett svenskt hushåll till 44% av de totala inkomsterna. 1952 var samma siffra 33%, 1980 på 20% och idag lägger vi inte mer än 13% av våra inkomster på livsmedel. Så ja mat har blivit dyrare, men mat är egentligen inte dyrt om vi sätter det i perspektiv till annat vi betalar för.



Hushållens konsumtion efter ändamål, kvartal 3 år 2024



Konsumtionsförändringar mellan 1993 och 2023



Mat har blivit dyrare, men är mat dyrt?

För att svara på den frågan ska vi första fråga oss, vad är mat? Mat är en substans som intages av organismer för att få i sig näring och syftar vanligen på de näringsmedel som människor äter, kallad livsmedel. Mat är inte bara fysiologiskt nödvändigt för mänsklig överlevnad utan har också många viktiga sociala och kulturella funktioner (Wikipedia, 2024).

Nedan ser du priser på några vanliga varor. Jämför vi kilopriset på råvarorna med kilopriset på de förädlade varorna är det en ganska stor skillnad. Visst finns det kostnader i förädlingskedjan som behöver få täckning men rent näringsmässigt får du ungefär samma sak per

spenderad krona. I många fall är grundråvaran dessutom betydligt bättre ur ett rent näringsperspektiv, som exemplet med blandfärs och frysta köttbullar.

Priset på potatis tycks inte vara så dyrt i jämförelse med priset på chips, och att blandfärs är så pass billigt i relation till både lösgodis och chips?

Vi som konsumenter håller gärna på med mental bokföring även inom kategorier. "Matkontot" och "godiskontot" är ofta olika och vi accepterar att priserna skiljer sig åt. Så ja, mat kan både vara dyr och billig på samma gång. Det handlar om perspektiv och vad vi jämför med.



Socker (2kg):
19 kr/kg



Potatis lösvikt:
20 kr/kg



Blandfärs (1000g):
94 kr/kg



Vetemjöl (2kg):
10 kr/kg



Lösgodis:
120 kr/kg



**Lättsaltade
Lantchips:** 130
kr/kg



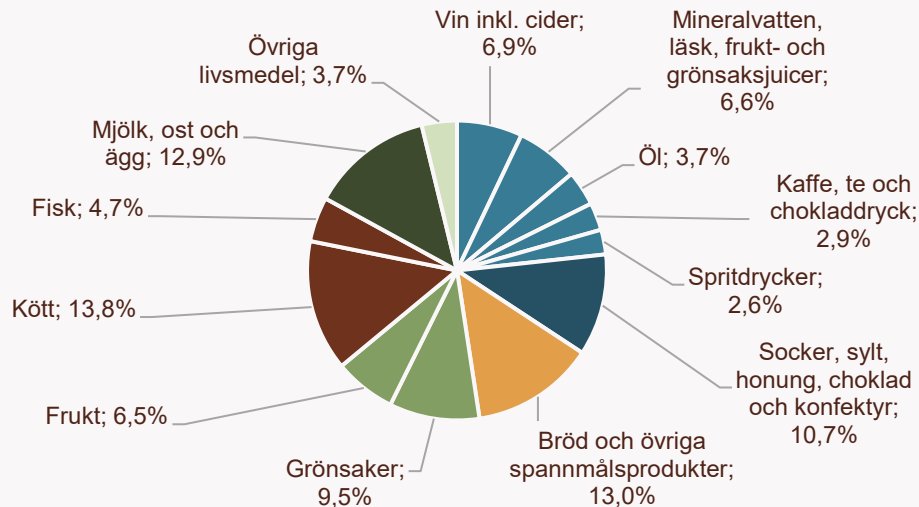
**Frysta köttbullar
(700g):**
109 kr/kg



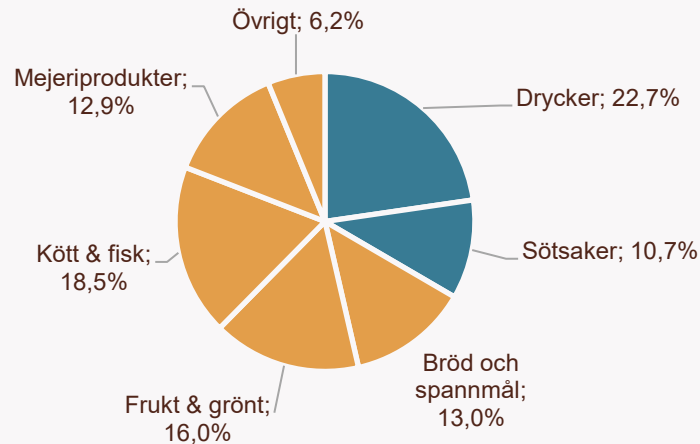
Vetekaka (900g):
39 kr/kg

Vad är det för mat vi köper?

Försäljning av livsmedel och drycker i handeln 2023



Försäljning av livsmedel och drycker i handeln 2023 grupperat



Röster om: är mat dyrt?



Mat kan vara dyrt för en liten plånbok, men i förhållande till vad som krävs för att producera mat hållbart framöver så behöver maten kosta mer än idag.

Victoria Olsson
Hållbarhetschef Arla Sverige



I ett historiskt perspektiv är inte mat dyrt i Sverige, inte ens efter de stora prisökningarna 2023. Vi får dock förbereda oss på att livsmedel i framtiden tar en större del av inkomsten i anspråk, starkt kopplat till den globala uppvärmningen.

Carl Eckerdal
Chefsekonom Livsmedelsföretagen



Jag tillhör den konsumentskara som inte tycker maten är dyr eftersom bra råvaror erbjuder inte bara en måltid utan även öppna landskap, biologisk mångfald och arbetstillfällen. En måltid som tillverkas av rena bra råvaror är näringsrik, mättande och prisvärd. För mig är det självklart att välja Svenskt för vårt lands bästa.

Malin Brättemark
Lantbrukare



Sverige är delat. Ja, för 1/4 av hushållen så innebär ökade matkostnader med 25 procent att man har behövt låna eller ta av sparkapital för att köpa mat senaste 6 månaderna. Jag hade önskat mer transparens mellan butiker, men också att man som konsument förstår vart pengarna tar vägen i hela kedjan, "från jord till bord".

Ulf Mazur
VD Matpriskollen

Ekonomisk utblick

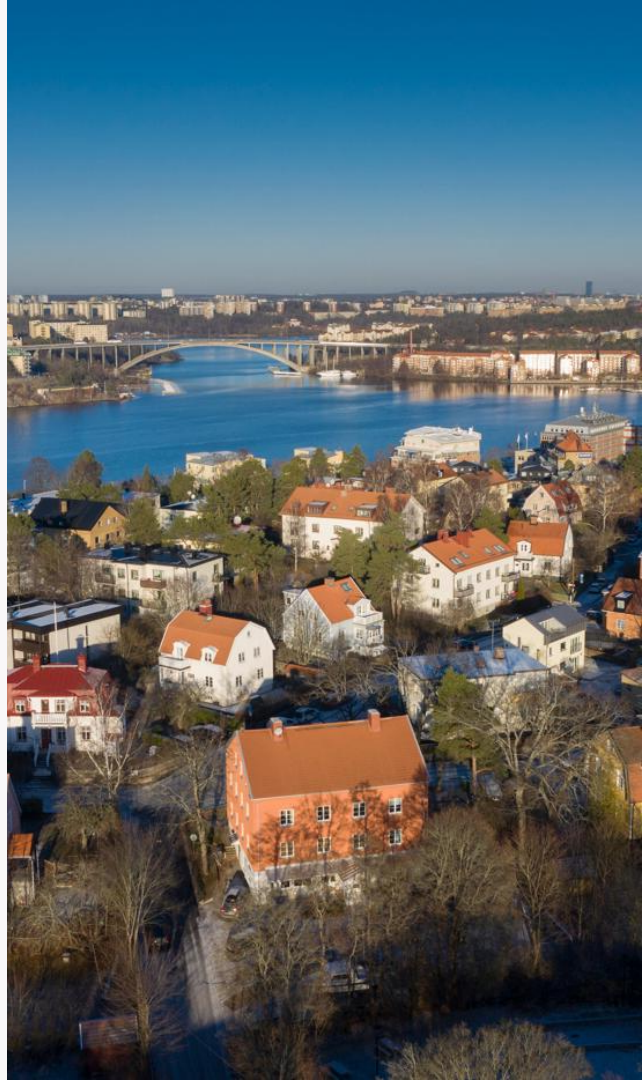
Mats Bergström, riskchef och i ledningsgrupp på Landshypotek Bank, delar kunskap om vad vi vet och vad vi tror oss veta om de kommande åren rent ekonomiskt – och var vi kommer ifrån för att förstå privatpersonens förutsättningar när vi kliver in i perioden 2025 -2030.



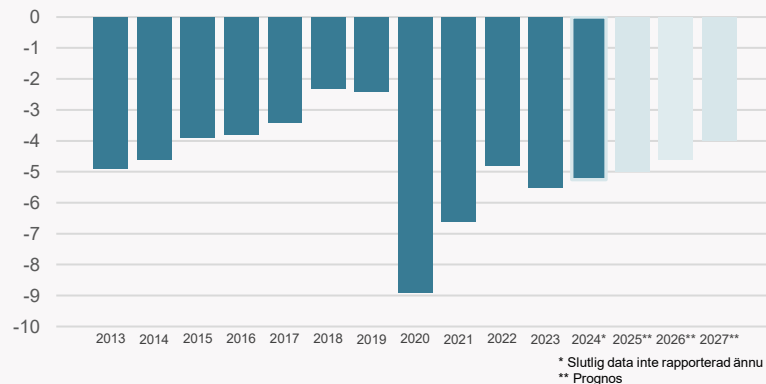
Perioden 2020-2025 var minst sagt turbulent, var står vi nu när vi precis har klivit in i 2025?

– Perioden var verkligen turbulent och tyvärr finns det en hel del som talar för fortsatt turbulens. Det finns flera konfliktområden runt om i världen, Ukraina och Mellanöstern framför allt, och det ser tufft ut att hitta lösningar som alla parter kan gå med på. Det råder politisk instabilitet i bland annat Frankrike, Tyskland, Japan och Kanada till följd av svag ekonomisk utveckling. Till exempel är Tysklands BNP i princip oförändrad i reala termer sedan 2019 och Frankrike har ett budgetunderskott på över sex procent av BNP men lyckas ändå inte få till någon ekonomisk tillväxt.

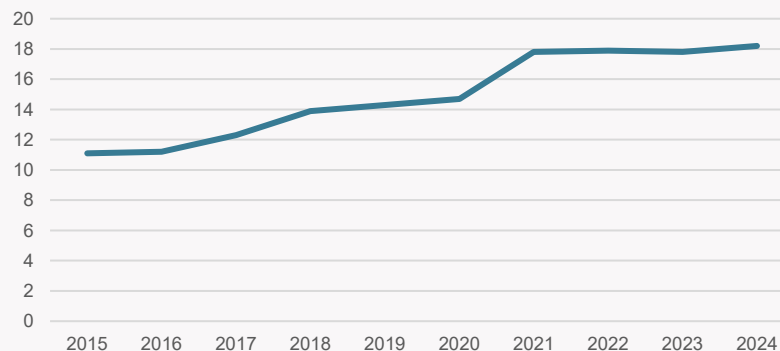
I USA, Storbritannien och Frankrike har statsskulden byggts upp till nivåer som kan anses vara ohållbara långsiktigt, åtminstone i ett lite högre ränteläge. Statsskulden i USA motsvarar nästan 130 procent av BNP. I Kina har bankerna dåliga lån på sina böcker motsvarande hissnande 1 500 miljarder kronor och myndigheterna planerar att återkapitalisera bankerna med motsvarande belopp. Situationen är ansträngande för Kina och väger negativt på tillväxten som överraskat på nedsidan under en längre period. BNP har endast ökat marginellt sedan 2021, mätt i USD. Även om det inte konstaterats officiellt ser jag det som ganska tydligt att det råder global lågkonjunktur, eller åtminstone lågkonjunktur i en stor del av världen.



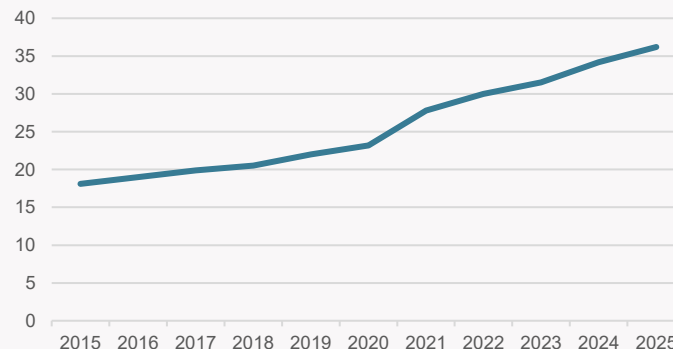
**Frankrikes budget uttryckt som procent av BNP
2013-2027**



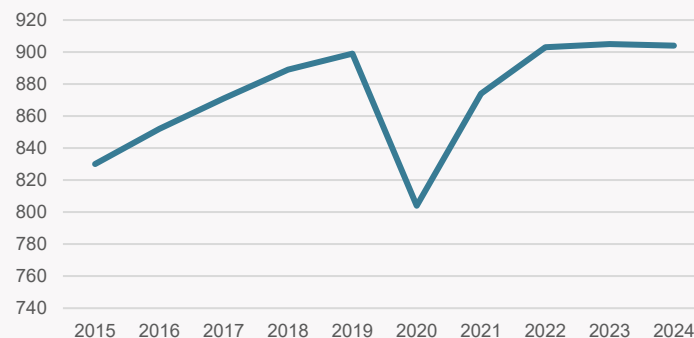
**Kinas BNP uttryckt i miljarder USD
2013-2024**



**Utvecklingen av USA:s statsskuld i miljoner USD
2015-2025**



**Tysklands BNP uttryckt i konstanta priser
2015-2024**



Med det vi vet idag, kan vi säga något om vilken period vi har framför oss?

– När det handlar om framtiden behöver vi diskutera den i termer av sannolikhet. Med tanke på situationen vi har i världen idag, tycker jag att sannolikheten tippar över mot en period av svag ekonomisk utveckling och kanske till och med lågkonjunktur eller recession. Det låter så klart pessimistiskt men det positiva i ett sådant läge är att inflationstrycket med största sannolikhet avtar helt och ränteläget bör komma ner till mycket lägre nivåer.

De senaste åren har inflationen ätit upp löneökningarna och vi har haft negativ reallöneutveckling. Det finns stora möjligheter att det vänder nu med löneökningar som är högre än inflationstakten igen. Det finns de som menar att ett handelskrig med nya tullar skulle vara inflationsdrivande de närmsta åren trots svag ekonomisk utveckling. Jag är tveksam till att det skulle få samma negativa effekter för oss konsumenter som de senaste årens prisökningar haft. Tullar skulle kunna driva upp priser på "prylar" istället för basvaror som el, drivmedel, mat och boende som vi haft de senaste åren. Som konsument kan du enklare välja att avstå från nya prylar men det är svårare att avstå från rena basvaror.

Matpriserna har de senaste åren stigit som en del av inflationen, samtidigt lägger vi en mindre andel av vår disponibla inkomst på mat (sett över en längre period). Kan vi säga något om möjligheten att göra mer aktiva val i matbutiken rent privat- och samhällsekonomisk framöver?

– Det här är en jätteintressant aspekt om vi ser till vår möjlighet att påverka våra rörliga utgifter. Att välja det billigaste alternativet i mataffären är inte alltid det bästa ur varken ett hållbarhetsperspektiv eller ett hälsoperspektiv. Närproducerade kvalitetsvaror har ofta högre näringsvärde än de billigaste alternativen (och är många gånger även mer smakrika) men faktum är att vi kan välja lite dyrare kött eller grönsaker och ändå hålla nere totala kostnaderna genom aktiva val. Uppemot 40 procent av våra matpengar lägger vi på sötsaker, chips, dryck och dryck och liknande, endast 60 procent går till faktiska "matvaror". En omfördelning skulle inte bara vara nyttigare för oss, det skulle kosta mindre och vara bättre för klimatet och miljön. Vilket även skulle vara värdefullt för samhället i stort.

Nästa rapport

Nästa rapport kommer att handla om matproduktion, och specifikt matproduktionen i Sverige. Kan vi möta den ökade efterfrågan när självförsörjningsgraden ska öka samtidigt som klimatförändringarna allt oftare gör sig påminda. Finns betalningsviljan (och förmågan) hos konsumenten och samhället för de ökade kostnaderna som uppstår när ny teknik ska tas fram och investeringar ska göras?

