

# Mycket att vinna på att ställa om

2022-10-08

©Bonnier

Alla artiklar är skyddade enligt upphovsrättslagen. Om inte annat följer av gällande avtalslicens får artiklar inte vidare distribueras, kopieras, överföras till något annat medium eller översättas utan särskilt medgivande från rättighetsägaren.

Klicka här för att läsa artikeln.

CS

Lördag 8 oktober 2022 SYDSVENSKAN

## Konsument

### HÅLLBARHET



Om vi jobbar mindre får vi mer tid över till olika aktiviteter och intressen. Till exempel att odla egna grönsaker.

FOTO: NAINA HELEN JÄMA

# Mycket att vinna på att ställa om

■ **Att göra förändringar för att rädda klimatet behöver inte göra livet sämre. Tvärtom.**

– **Alla har jättemycket att vinna på att ställa om. Varför pratar vi inte om det?** säger Maria Soxbo, journalist med inriktning på hållbarhetsfrågor.

Sluta flyga! Skippa köttet! Kör inte bil! Lagg av med shoppandet! När lösningarna på klimatkrisen presenteras är tonen ofta domedagssträng.

Känslan är att allt vi tycker är härligt och njutbart måste upphöra. Med boken "Ställ om! Allt att vinna på ett klimatsmart liv" (Norstedts, 2022) vill Maria Soxbo ändra på det.

Jag är så less på att de flesta diskussioner om omställning slutar i det där förbudstänkandet. Det är som gjort för att tappa sugen, säger Maria Soxbo.

Hon är journalist och influerare med inriktning på hållbarhetsfrågor och hennes miljöengagemang

har smugit sig på successivt, men slog igenom med full kraft den heta sommaren 2018. Halva landet stod i läger, vattnet sinade och solen brände sönder skördar och gräsmattor.

– Det var 35 grader varmt. Min dotter stod på vår knastriga, gula gräsmatta, böjd över en hink och skopade vatten över sig i desperation efter svalka. Det blev så tydligt hur sjukt det var – så här såg inte mina barndomssmarr ut.

**Oron och frustrationen** resulterade i att hon och kollegorna Emma Sundh och Johanna Leymann startade Klimatklubben, en ideell förening för klimatengagemang.



Maria Soxbo, journalist med inriktning på hållbarhetsfrågor.

gemang. Arbetet mynnade även ut i boken "Gör skillnad – från klimatångest till handlingskraft" (Norstedts, 2019).

Nu är hon aktuell med "Ställ om!" där hon vill visa att omställningen kan ge oss något – snarare än att ta saker ifrån oss. Via sina kanaler märker hon att många längtar efter att leva ett annat liv.

– Vi har skapat ett samhälle som snurrar mycket snabbare än vad människan är byggd för. Det märks inte minst på hur

många som blir sjukskrivna av stressrelaterade sjukdomar. Och alla jag träffar säger: "Jag önskar att jag hade mer tid för...", säger Maria Soxbo.

**Ellersom den amerikanske författaren Nigel Marsh**, med ett förflutet i affärsvärlden, sammanfattar det: "De flesta jobbar alldeles för mycket på jobb de inte trivs med, så att de kan köpa saker de inte behöver för att imponera på folk de inte gillar."

– En slogan för vår samtid. Det verkar ju härligt på ytan, att kunna köpa allt vi vill ha och resa vart vi vill. Men – fränsett att det är en omjällig livsstil för klimatet – blir vi verkligen lyckliga på djupet av ännu en pryl eller ett nytt kök?

**Maria Soxbo tror** att omställningen och ett förändrat sätt att tänka kan bli vägen till det där andra drömlivet där planeten mår bättre, och vi har tid

och ork för allt vi skulle vilja göra egentligen. Receptet skulle kunna vara att jobba mindre, då frigörs mer tid för nära relationer och aktiviteter som fyller på vår energi och får oss att växa som individer. Genom att äta mer grönt och lokalproducerat förbättras vår hälsa samtidigt som utsläppen minskar.

**Reser vi dessutom** på ett vettigare sätt – både till arbetet, våra fritidsaktiviteter

och på semestern – minskar vår klimatpåverkan och hälsan gynnas.

– Det fina med den här omställningen – både den personliga och den samhällsleliga – är att de alla flesta av oss kommer att gå ur den som vinnare. Jag hoppas att fler ska upptäcka det. Då skulle vi kunna ha ett samhälle där det som känns viktigast får ta mest plats, säger Maria Soxbo. TT

LISA WALLSTRÖM

#### FAKTA · FEM SÄTT ATT VINNA PÅ KLIMATOMSTÄLLNINGEN

- Det finns många små saker vi kan göra i vardagen, tillsammans med grannar och vänner.
- Hitta dina egna drömmar. Vaj bort och tacka nej till reklam-budskapens ohållbara vägar till "lycka".
- Låna och dela på prylarna. Du sparar pengar, plats och slipper onödiga inköp.
- Handla begagnat. Laga och värda det du har. Kan du inte själv? Byt tjänster med grannar

- eller gynna den lokala skräddaren eller hantverkaren.
- Minska på onödiga transporter genom att gå, cykla och åka kollektivt. Testa bilpool eller samkörning när du behöver bil.
- Tänk i nya banor när du löneförhandlar. Kan du få fler semesterdagar, flexibla arbetstider, distansarbete eller bidrag till en elcykel?
- Källa: "Ställ om!" (Norstedts, 2022) av Maria Soxbo.