

**INNHERRED
UKE 42**



ØKOLOGISK FOREGANGSFYLKE

**ØKOUKA 2012
15.10--20.10**



Økologisk foregangsfylke Trøndelag



Trøndelagsfylkene er ett av 5 foregangsfylker i Norge. Foregangsfylkene skal jobbe for økt produksjon og forbruk av økologiske varer. Trøndelag er foregangsfylke på melk.

Økouka 2012 setter fokus på forbruk av **økologiske råvarer**, og har i forkant av økoveka arrangert kurs og bidratt til nettverksbygging mellom kantiner og storkjøkken for å øke innslaget av økologiske varer i deres sortiment.

Under økouka er det lagt til rette for flere aktiviteter rundt om i fylket. Noen krever påmelding, mens andre er åpne arrangementer.

Velkommen til en inspirerende økouke!

VI TYVSTARTER UKA 11.-14. september

Økologisk matlaging

Hekta på røtter

Arrangør: Inderøy Bygdekvinnelag,
Spritbua, Inderøy

Tidspunkt: 11. oktober kl. 19.00—22.00

Åpent for alle, gratis inngang.

Program

Åpen temakveld med foredrag om økologisk matlaging, og bruk av røtter i kostholdet.

Kombinasjon av foredrag og demonstrasjon av matlaging., sammen med Mærekokk Jan Kåre Johansen

ØKOLOGISK KINOHELG

Verdal kino

Fredag 12. oktober kl. 17.00

The ECONOMICS of HAPPINESS

vises under femmina internasjonal filmfestival

Steinkjer kino

Lørdag 13. oktober kl. 15.00 vises

Queen of the sun

Søndag 14. oktober kl. 15.00 vises

the ECONOMICS of HAPPINESS

Alternativ økonomi, bærekraft, biodiversitet og økologisk mangfold er noe av temaene som blir berørt i disse to filmene.

Inngang: Kr 50,-

Samarbeid mellom: NT Bondelag, NT Bonde og småbrukarlag, NT Naturvernforbund, Oikos Innherred



Økologiske
foregangsfylker



Økouka
2012

15.OKTOBER



MANDAGSSEMINAR -Jordkultur, Grovfôr, Melk

Arrangør: Mære landbruksskole

ØKODAG PÅ MÆRE LANDBRUKSSKOLE

Åpent dagsseminar for alle som ønsker å høre om økosatsinga i fylket, og få faglig påfyll og inspirasjon.

Gratis inngang, ingen påmelding.

PROGRAM

Jordkultur, grovfôrproduksjon og økologisk melkeproduksjon

- 10.00 Åpning ved Ass. direktør ved Fylkesmannens landbruksavdeling Anstein Lyngstad. Informasjon om arbeidet i foregangsfylket Trøndelag
- 10.15 SLF?
- 10.30 Unge økologiske bønder med tro på framtida, Camilla og Torbjørn Støre snakker om sin satsing på Støre gård i Skogn, Levanger.
- 11.00 Hvordan få til god jordstruktur og god jordbiologi for å til gode avlinger. Reidun Pommeresche forsker ved Bioforsk økologisk, Tingvoll.
- 12.00 Lunsj
- 12.45 Hvordan få til godt proteinrikt grovfôr? Økobonde Knut Haga fra Overhalla snakker om sine erfaringer.
- 14.15 ”Hvordan utvikle den beste naturlige råvaren ” Meierbestyrer Trond Vilhelm Lund, Rørosmeieriet.
- 15.00 Avslutning

Seminarer finansieres av Foregangsfylke for økologisk melk - Trøndelag

Mære landbruksskole skal i forarbeidet til økouka legge enda mer vekt på økologi i undervisningen til elevene. Elevene skal blant annet være med på markdag hos økobønder i Steinkjerdistriktet. Under økoveka vil også undervisningen ha fokus på økologisk landbruk, med eget dagsseminar for elever og ansatte. Dette kommer i tillegg til det åpne mandagsseminaret.

Kantina på Mære har økologisk melk i sin kantine, samt innslag av andre økologiske produkter. Mære arbeider for å øke utvalget av økologiske varer både i kantina og i gårdsbutikken.



Økologisk kaffe- og yoghurtutdeling til ansatte på Mære landbruksskole og Statens hus kl. 07.00– 08.30

Økouka
2012

16. OKTOBER



Wokkurs - Brød & Cirkus
Brødbakekurs - Jordbærpike
Inspirasjonsdag for lærere Mære landbruksskole

Wokkurs

Arrangeres på Steinkjer Brød & Cirkus.

Tidspunkt: 18.00-21.00

Påmelding til : anr@fmnt.no

Innen: 08. oktober

Egenbetaling: kr. 300,-

Program

Grønnsakswok av lokale økologiske råvarer

Økologisk suppe av høstens produkter.

Kursleder: Trond Asgeir Lyngstad

Velkommen til en inspirerende kveld på

Brød & Cirkus

Inspirasjonsdag lærere i grunnskolen

Sted: Mære landbruksskole

Tidspunkt: 09.00-15.00

Påmelding. anr@fmnt.no

Innen: 01. oktober

Pris: **gratis** (lærere i mat og helse i grunnskolen).

Program

”Helsegevinst ved å velge økologisk mat”
v/ ernæringsfysiolog Sally Haugen

”Landbruk møter grunnskolelæreren på kjøkkenet”
Matlaging med Mærekokk Jan Kåre Johansen

Brødbakekurs

Arrangeres hos Jordbærpike på Levanger

Tidspunkt: 15.00 -21.00

Påmelding til: rune@bruborgbakeri.no

Innen 08. oktober

Egenbetaling: kr. 600,-

Program

Brødbaking med økologisk mel

Fint og grovt brød, både med og uten surdeig.

Flørting med nye og gamle melsorter (emmer, enkorn, svedjerug og ølandshvete)

Det er plass til 10 deltagere

Kursleder: Baker og konditor Rune Elnan

Bruk av rotvekster

Arrangeres for medlemmer i Steinkjer Hagelag

Sted: Lø skole, Steinkjer

Tid: 19.00– 20.00

Ingen påmelding eller betaling.

Program

Bruk av både eksotiske og tradisjonelle rotvekster i matlaging.

Foredragsholder: Toril Skogaker Holm (NLR)



Økologisk kaffe- og yoghurtutdeling til ansatte på HiNT kl. 07.00– 08.30

Økouka
2012

17. OKTOBER



Rotvekster - Norsk landbruksrådgivning Inspirasjonsdag for lærere- Mære landbruksskole

Inspirasjonsdag lærere i grunnskolen

Sted: Mære landbruksskole

Tidspunkt 09.00-15.00

Påmelding. anr@fmnt.no

Innen: 01. oktober

Pris: **gratis** (lærere i mat og helse i grunnskolen).

Program

”Helsegevinst ved å velge økologisk mat”
v/ ernæringsfysiolog Sally Haugen.

”Landbruk møter grunnskolelæreren på kjøkkenet”
Matlaging med Mærekokk Jan Kåre Johansen

Foredrag om bruk av rotvekster

Sted: Sæther gård, Levanger

Tidspunkt: 18.00—21.00

Ingen påmelding eller betaling

Program

Informasjon om økologisk landbruk og
dyrking av rotvekster

18.00 Greit å vite om regelverk

18.30 Informasjon om ulike rotvekster, og
dyrkingsforhold

19.30 Pause

20.00 Demonstrasjon av woking

Gamle tradisjonsvekster på moten
svartrot, fenikkel, pastinakk,
knotekål, jordskock



Økologisk kaffe- og yoghurtutdeling til ansatte på Fylkets hus kl. 07.00– 08.30

Økouka
2012

18. OKTOBER

Brødbakekurs, Mære landbruksskole Arrangør: Mære Landbruksskole



Brødbakekurs

Arrangeres på Mære landbruksskole, Sparbu

Tidspunkt: 16.00—21.00

Påmelding til: anr@fmnt.no

Frist for påmelding: 08. oktober

Kursavgift: kr. 300,-

Program

Teori om valg av økologiske meltyper.

Hva er riktig valg av melkvalitet, hvem kan levere varene som trengs? Hva slags redskap må vi ha, hva er viktig når vi starter å jobbe med en deig. Hva kan vi tilsette som gir god smak. Fallgruver vi ikke trenger å gå i...

Gjennomgang og bruken av fordeig, surdeig, utvalg av deiger og brød som vi bruker på Mære

Fra mel til brød. Videre tilberedning av deiger.

Vi kommer også inn på hemmeligheten/kunsten med bruk av surdeig

Kurset holdes av Mærekokk Jan Kåre Johansen



Demonstrasjon av økologiske melkeprodukter. Rørosmeieriet produserer bl.a. økologisk tjukkemelk, rømme, smør

Sted Coop obs, Steinkjer

kl. 11.00.– 17.00

RØROS
melke fra Røros-området

Rørosmeieriet as



Økouka
2012

19. OKTOBER



Økoseminar, Bjerkem

Arrangør: Oikos Innherred

Økokulturell aften, Sæther gård

Bjerkemseminar

Sted: Gammellavin på Kulturgården Bjerkem, Steinkjer
Påmelding: jakob@bjerkem.com
Innen: 10.oktober
Kostnad: Hel dag kr. 700,- inkl. frokost og lunsj
Pr. foredrag: kr. 100,- / Per bolk kr. 250,-

Program

08.30 registrering, **Økologisk frukost, musikk** ved **Vorum trio**

09.30 **Opning**

Del I Økologisk landbruk

09.45 **Gamle kornsortar – Kva fordelar fekk vi med for-
edlinga – og kva har vi mista? Bonde Johan Swärd,
Gran på Hadeland**

10.45 **Økonytt frå organisasjonane:** Tine, Nortura,
Felleskjøpet og NLR

11.20 **Økologisk minimarked.** Salg av økologiske varer

12.15 **Økologisk lunsj**

Del II Politikk/samfunn/forskning/trend

13.15 **Økologisk forbruk. Om marked og trender** v/ **Reidar
Andestad**, Markedsjef i Oikos - Økologisk Norge.

III Mat og Helse

14.00 **Mat som förbättrar världen.** Om sambandet mellan mat
– miljø – hälsa.

Lege **Christl Kampa- Olsson**, Mörsil, Jämtland kåserer.
Ho er ein av idealistane bak Krettslopphuset i Mörsil og vil
kåsere om "hur produktionen av mat påverkar miljön och
hur det påverkar hälsan, t.ex pesticidernas betydelse för
producenternas hälsa och för konsumenternas hälsa osv."

15.15 **Tarmens forsvarsverk - mulige angrepspunkter for gluten
og GM-mat.** Kvifor er matallergi eit aukande problem?
Kva betyr den nye type gluten i moderne kveite, reststoff,
tilsetningsstoff og GMO for bakterielivet og barriererefunk-
sjonen i tarmen og vomma på oss mennesker? Kva er
konsekvensane av såkalla "lekk tarm" v/ **Per Brandtzæg**
- "Norges mest dekorerte professor", Patologisk institutt
ved Universitetssykehuset i Oslo.

16.15 **Økologisk minimarked** (forts). Salg av økologiske varer

Smak av høst med kulturelle innslag

Sted: Sæther gård, Levanger

Tidspunkt: 19.00- 21.00

Påmelding til hilde.rekstad@ntebb.no ev
mobil 97 67 21 58

Pris kr 150,-

Program

Smaken av høst—

et ennerledes kokkekurs - med rockekok-
kene fra tv-programmet "go mat" på TVN

Lars Erik Vesterdal og Robert Mære.

Musikalske innslag - smaksprøver m.m.

Etter kokkekurset blir det "bøgda-pub" på
Sæther Gård.



Demonstrasjon av økologiske
melkeprodukter. Rørosmeieriet produserer
bl.a. økologisk tjukkmeik, rømme, smør

Sted Coop Mega, Verdal

kl: 11.00– 17.00

RØROS
MEIERIET AS

Rørosmeieriet as



Økouka
2012

20. OKTOBER



BONDENS MARKED

Økouka avsluttes med Bondens marked i Verdal.

Her vil dere finne råvarer fra hele Trøndelagsregionen.

Bondens marked har mange flotte stander på Minsås plass.

Åpningstid: 11.00 –15.00



AKTIVITETER PÅ BONDENS MARKED

Rikt utvalg av lokale økologiske produkter fra mange forskjellig tilbydere

Smaksprøver på økologiske grønnsaker

Økoquiz med økologiske kortreiste premier

Utdeling av dagens oppskrift

Sæther gård demonstrerer woking

**Bondens
marked**
////////// TRØNDELAG

Demonstrasjon av økologiske melkeprodukter. Rørosmeieriet produserer bl.a. økologisk tjukkemelk, rømme, smør

Sted: Meny Magnetten, Levanger

Kl. 10.00 –16.00

RØROS
Melke og Meieriprodukter

Rørosmeieriet as



Økouka arrangeres som et ledd i arbeidet med foregangsfylket Trøndelag. Gjennomføring av arrangementet er et samarbeid mellom Mære landbruksskole, Oikos Nord - Trøndelag, Norsk landbruksrådgivning Nord - Trøndelag, Fylkesmannen i Nord - Trøndelag og Nord - Trøndelag fylkeskommune.



**Norsk
Landbruksrådgiving**