

BSAG

Baltic Sea Action Group



CARBON
ACTION

Uudistaja

– ett verktyg för utveckling av gården

Anvisningar för utveckling av de olika delområdena



Innehållsförteckning

TILL LÄSAREN	3
INLEDNING	4
BRUKSANVISNING FÖR UUDISTAJA.....	5
DELOMRÅDE 1 Utveckla din kompetens kontinuerligt	6
DELOMRÅDE 2 Förbättra och upprätthåll åkermarkens odlingskicks målmedvetet	10
DELOMRÅDE 3 Stärk den biologiska mångfalden ovan och under jord systematiskt	14
DELOMRÅDE 4 Ha en mångsidig växtföljd.....	18
DELOMRÅDE 5 Maximera det levande växttäckets årets runt.....	22
DELOMRÅDE 6 Minimera markbearbetningen.....	26
DELOMRÅDE 7 Använd näringsämnen enligt grödans behov och utnyttja i första hand organiska gödningsmedel och biologisk kvävefixering	30
DELOMRÅDE 8 Minimera användningen av växtskyddsmedel.....	34



Uudistaja – ett verktyg för utveckling av gården © 2025, Baltic Sea Action Group (BSAG)
publicerat under en CC BY 4.0-licens.

Se licensen på <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Omslagsfoto: Alina Uotila.

Översättning: Heidi Rustanius

TILL LÄSAREN

Det här dokumentet innehåller anvisningar för *Uudistaja* – ett verktyg för utveckling av gården och exempel på hur verktyget används. Genom att fylla i *Uudistaja* utvecklar du planmässigt och helhetsinriktat din verksamhet i riktning mot regenerativt jordbruk som förbättrar markens odlingsskick.

Uudistaja är indelad i åtta delområden som motsvarar BSAG:s kriterier för regenerativt jordbruk. När gården utvecklar de här delområdena lotsas den systematiskt och effektivt i riktning mot regenerativt jordbruk. Utvecklingsarbetet görs till en början ett delområde i taget. Till sist kan man nå fram till en situation där gården utvecklar och upprätthåller regenerativ verksamhet inom alla de åtta delområdena.

Det här materialet innehåller allmänna anvisningar för *Uudistaja* samt delområdesvisa stödmaterial med vars hjälp en plan för vart och ett delområde utarbetas och följs. Planen utarbetas i en särskild arbetsmall. I stödmaterialiet behandlas arbetsmallens åtta frågor och det ges råd om hur de kan besvaras. Utöver de här materialen erbjuder BSAG en stor mängd bra stödmaterial som är värda att fördjupa sig i.

I slutet av varje anvisning som gäller ett delområde finns en färdigt ifylld första sida av arbetsmallen. Exempelen grundar sig delvis på planer som de jordbrukare som varit med om att ta fram verktyget har gjort upp. Som exemplen visar behöver planerna inte alltid vara särskilt komplicerade. Det väsentliga är att förändringen går åt rätt håll och att genomförandet är målmedvetet. Regenerativt jordbruk kräver att man bekantar sig med sina egna åkrar. Den största nyttan får du genom att hitta lösningar som passar just din gård.

Lycka till på färden! Det här kan vara startskottet för en förändring som gör jordbruket mer inspirerande, lönsamt och hållbart med tanke på miljön.

INLEDNING

Med hjälp av *Uudistaja* – ett verktyg för utveckling av gården som Baltic Sea Action Group har tagit fram kan principerna för regenerativt jordbruk beaktas i allt beslutsfattande och all verksamhet på gården. *Uudistaja* är finska och betyder ungefär "förnyare" eller "den som regenererar". I detta sammanhang syftar ordet på ett verktyg som kan användas för att utveckla odlingen mot ett allt mer regenerativt håll på den egna gården, alltså att aktivt och långsiktigt förbättra den egna kompetensen, markens odlingsskick och gårdens ekonomiska stabilitet.

Regenerativt jordbruk är ett situationsanpassat och helhetsinriktat odlingssätt där man tillämpar metoder som har **bevisats fungera** i praktiken och **bygger på vetenskapliga rön**. Effekterna på **odlingens lönsamhet, skördesäkerheten och miljön** är positiva. Kärnan i det hela är att **odlingsskicket**, med andra ord **markhälsan**, oavbrutet förbättras. När markhälsan blir bättre avkastar åkrarna mer och produktionsinsatsernas verkningsgrad stiger. På samma gång stärks skördesäkerheten på gården och förmågan att anpassa sig till varierande väderförhållanden.

Utgångspunkten för regenerativt jordbruk är resultat som går att definiera, mäta och verifiera, inte metoder som bestämts i förväg. Jordbrukssystemet är regenerativt om de ekonomiska och ekologiska resultaten förbättras över tid, när också exceptionella förhållanden beaktas.

Uudistaja – ett verktyg för utveckling av gården bygger på principen om kontinuerlig förbättring. Först planerar man, sedan gör man. Åtgärderna följs och utvärderas, och man strävar efter att mäta resultaten. Utgående från de uppnådda resultaten utvecklar man planen inför nästa växtperiod. Verktöget grundar sig på de allmänna principer för regenerativt jordbruk som BSAG har utarbetat.

I grunden innebär strävan att odla regenerativt en kontinuerlig inlärningsprocess. När förändringen har hunnit längre kan jordbrukaren få skördar som är till och med bättre än de vanliga, till lägre kostnader och med mindre arbete (**EARA-rapport**). Nyttan kan man i bästa fall se snabbt, men i början är den anspråkslösare. Målmedvetet arbete i 5–10 år innebär redan handgripliga fördelar för jordbrukarna, försörjningsberedskapen och miljön.

Målet för en regenerativ jordbrukare är att kontinuerligt utveckla verksamheten så att den regenerativa nivån åtminstone bevaras och helst förbättras över tid. Genom att systematiskt använda *Uudistaja* kan gården visa att den tar hänsyn till principerna för regenerativt jordbruk i sin verksamhet.

Ytterligare information

Regenerativt jordbruk

Carbon Action

BRUKSANVISNING FÖR UUDISTAJA

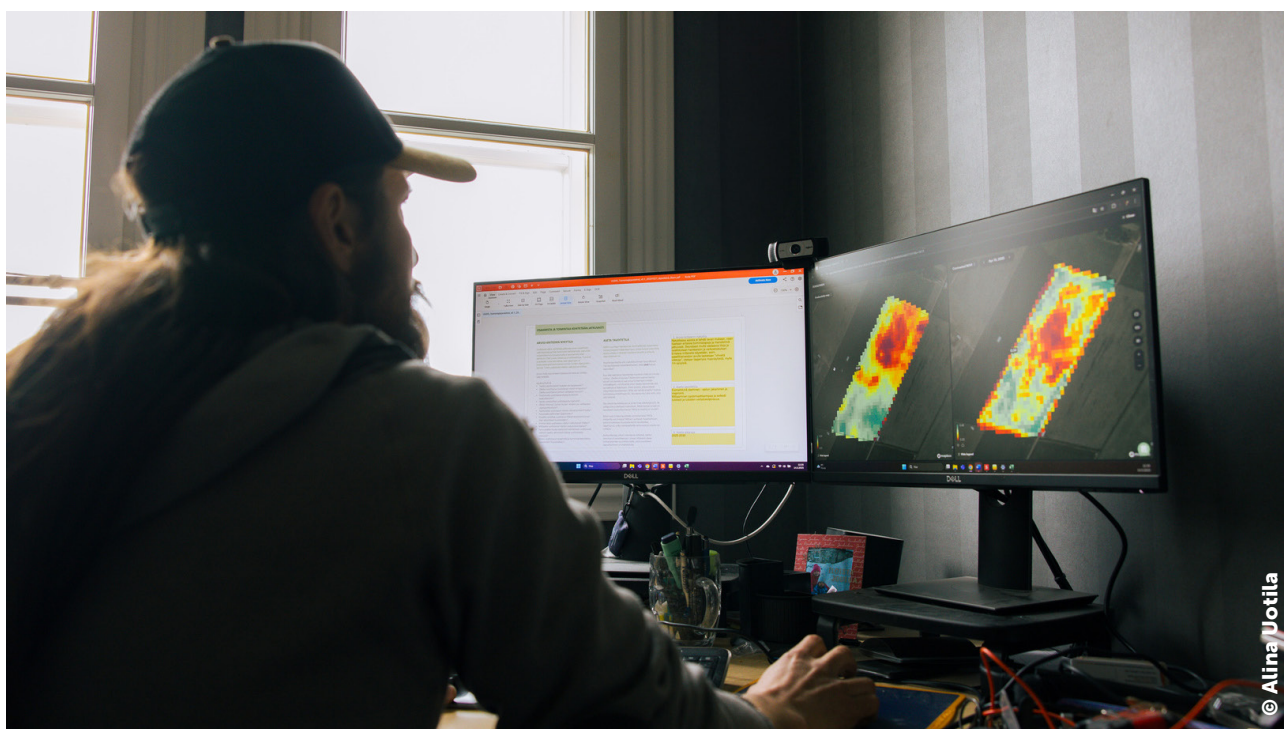
1. Grunden i *Uudistaja* är en arbetsmall där du skriver in en utvecklingsplan för den egna gårdens omställning till regenerativt jordbruk. Arbetsmallen omfattar två sidor (2 x A4) som du behändigt kan skriva ut på en vanlig skrivare.
2. Arbetsmallen innehåller åtta (8) frågor och plats för svaren. Fem (5) av svaren fyller du i före växtperioden, och de återstående tre (3) frågorna besvarar du under växtperioden. Om utrymmet tar slut kan du samla svaren i en Word-fil eller på ett nytt papper.
3. *Uudistaja* kan användas för att utveckla 1–8 delområden inom regenerativt jordbruk. Delområdena är desamma som BSAG:s kriterier för regenerativt jordbruk. Inledningsvis är det bra att välja 1–3 kriterier som du systematiskt börjar utveckla. Är regenerativt jordbruk helt nytt för dig kan du med fördel fokusera på på delområde 1 – Utveckla din kompetens kontinuerligt. Har du redan kommit långt kan du istället arbeta mer brett och utveckla gårdens regenerativa arbete inom alla åtta delområden samtidigt.
4. När du valt vilka delområden du vill börja utveckla fyller du i en arbetsmall för vart och ett av dem och besvarar frågorna 1–5 i respektive mall.
 - I början är det bra att reservera en stund för att läsa frågorna med eftertanke och bekanta dig med stödmaterialet till frågorna 1–5 inom de delområdena du valt.
 - Använd verktygets anvisningar för att skriva in information om din egen gård och fundera över vad som behöver göras för att nå målet utifrån nuläget. Avsluta med att uppskatta hur mycket pengar, tid eller andra begränsade resurser som kommer att behövas för att nå dit.
5. Sätt i gång med de åtgärder som du planerade i den föregående punkten. Eftersom genomförandet kan vara en långvarig process är det bra att ha de ifyllda arbetsmallarna till hands. Det väsentliga är att du följer den uppgjorda planen och vid behov justerar den efter hand.
6. När du börjar genomföra åtgärderna, ge då genast akt på hur planen framskrider och utnyttja mätarna du har valt. I punkt 6 i arbetsmallen skriver du in hur arbetet framskrider.
7. Vid växtperiodens slut jämför du planen med det uppnådda resultatet och med de uppföljningsdata som har samlats sedan starten. Var ärlig i fråga om det du har gjort, men inte överdrivet sträng mot dig själv. Försök hitta sätt att lära dig och att utvecklas. Oavsett vilket resultat du fick kan du lära dig mycket av det om du stannar upp och reflekterar över vad som hände.
8. Vilka är dina nästa steg? Bestäm dem och planera inför nästa växtperiod. Är det möjligt att börja utveckla nya delområden, och hur kan du lyckas bättre med dem som du redan har övat dig på? Finns det kanske något delområde där det räcker att den nuvarande nivån upprätthålls?

DELOMRÅDE 1

Utveckla din kompetens kontinuerligt

Kompetensutveckling är ofta det första och viktigaste delområdet när du börjar utveckla gården i riktning mot regenerativt jordbruk. Om regenerativt jordbruk är nytt för dig, koncentrera dig då enbart på det här delområdet det första året. Om du redan känner till grunderna kan du välja 1–2 andra delområden jämsides. **Gedigen kompetens stöder all annan utveckling.**

Det finns alltid mer att lära sig. Håll kvar det här delområdet i utvecklingsarbetet varje år. Följande anvisningar hjälper dig att göra systematiska framsteg.



1 BEDÖM KOMPETENSENS NULÄGE Hurdant är utgångsläget?

Skriv ärligt ner vad du i dag vet om regenerativt jordbruk.

Fundera inte på vad du borde kunna utan koncentrera dig på vad du verkligen kan.

Som stöd kan du använda följande hjälpfrågor:

- Känner du till markens skick skifte för skifte? Bedömer du markstrukturen visuellt, med hjälp av spadtest eller andra observationer?
- Gör du upp en skriftlig odlingsplan och en budget? Analyserar du resultaten?
- Har du gått kursen *Grunderna i regenerativt jordbruk* eller andra kurser?
- Deltar du i diskussioner om regenerativt jordbruk eller i nätverk kring ämnet (exempel: *Carbon Action Svenskfinland*)?
- Förstår du vilken inverkan regenerativt jordbruk har på just din gård?
- Mäter du odlingsvalens inverkan på din gård?
- Tillämpar du redan regenerativa metoder på dina egna åkerskiften?
- Delar du med dig av kunskaper eller erfarenheter till andra jordbrukare?
- Deltar du i projekt eller pilotverksamhet?

2 STÄLL UPP ETT MÅL Vad vill du uppnå?

Vad har du för mål? **Vilken slags förändring vill du åstadkomma?** Ju tydligare du kan ange målet, desto bättre. Ett bra mål är ambitiöst och motiverande, men nåbart.

Hur kan du mäta om målet uppnåtts? Mätarna hjälper dig att se om åtgärderna har effekter och är tillräckliga. **Formulera målet i mätbar form.** Om tidsgränsen är längre än ett år/en växtperiod är det bra att säkerställa att målet kan spjälkas upp i etappmål som det är lätt att följa upp.

Målet för kompetensutveckling kan vara till exempel:

- Att bättre förstå förhållandena på den egna gården när det gäller exempelvis marken eller vattenhushållningen.
- Att öka de teoretiska kunskaperna genom till exempel kurser eller föreläsningar.
- Att ta till sig och börja tillämpa en ny odlingsmetod.
- Att kunna dela med sig av kunskaper eller föregå som gott exempel.

Gör målet tydligt, mätbart och personligt. Exempel: *”Jag går kursen Grunderna i regenerativt jordbruk före hösten. Före utgången av augusti gör jag spadtestet på alla skiften.”*

Fundera också på det här:

- Motiverar målet dig?
- Hur mäter du om du har lyckats?

Om målet inte känns intressant eller angeläget så är det alltför simpelt. Hög ribban.

3 BESTÄM EN TIDSGRÄNS När ska målet nås?

Bestäm en tidsgräns inom vilken resultatet ska ha nåtts. Avsätt tillräckligt med tid för att det ska vara möjligt att nå målet.

Tänk ut ett tidsspann som är ambitiöst med tanke på målet men samtidigt möjligt. På ett år hinner man lära sig mycket. Det är bra med etappmål, till exempel ett etappmål per månad.

4 GÖR UPP EN PLAN FÖR KOMPETENSUTVECKLINGEN Vad tänker du göra?

Gör upp en plan med vars hjälp du når ditt mål. Fundera på vad som behövs och är möjligt, när du beaktar de tillgängliga resurserna. Överväg om du behöver utomstående hjälp för att åstadkomma den förändring som du planerar. Behöver du rådgivning? Var får du enklast och mest kostnadseffektivt tag på den hjälp som du behöver?

Planeringen är en verkligt viktig del av all förändring. Allra viktigast är förstås genomförandet, men om planen är bra sparar du mycket tid, pengar och besvär.

Fråga dig först vad som behöver förändras och vad som försvårar eller förhindrar en förändring. Gör en lista över det som hindrar eller bromsar upp och tänk ut hur du kan övervinna de här svårigheterna. Det väsentliga är att du hittar de effektivaste lösningarna för just din gård.

Din plan är inte huggen i sten. När planen förändras, håll då fast vid målet och leta fram en ny och bättre väg fram till målet.

Gör en lista över de konkreta åtgärderna. Fundera på följande:

- **Vad ska jag studera?**
(exempel: webbkurs, artiklar, föreläsningar)
- **Hur ska jag studera?**
(du gör anteckningar, för inlärningsdagbok, diskuterar med andra)
- **När och var?**
(tidpunkt, plats, praktiska arrangemang)
- **Behöver jag hjälp?**
(nätverk, projekt, sakkunniga)
- **Finns det något hinder för lärandet**
(tid, resurser, ingrodda vanor)
– **och hur övervinner jag det**

Exempel på åtgärder:

- Jag går kursen *Grunderna i regenerativt jordbruk*.
- Jag gör spadtestet och letar fram täckdikensutloppen på varje skifte.
- Jag deltar i två fältträffar och en föreläsning.
- Det som jag lärt mig antecknar jag varje vecka i ett häfte eller digitalt.

Stödmaterial

Grunderna i regenerativt jordbruk
BSAG:s kurser – Intensivkursen i regenerativt jordbruk
Material – Baltic Sea Action Group

5 GÖR UPP EN BUDGET

Hur mycket resurser avsätter du för verksamheten?

Om du inte avsätter tid och resurser i förväg så kommer de att slukas av de dagliga bestyren.

Planera		Exempel
Tid	Hur många timmar per vecka/månad avsätter du för verksamheten?	2 timmar per vecka för studier.
Pengar	Hur mycket pengar går det åt till kursavgifter, resor, anskaffningar och andra kostnader?	Cirka 100 euro i kursavgifter
Areal	Använder du ett testområde eller ett skifte för att göra försök?	Ett försök på ett skifte.

6 UPPFÖLJNING

Hur framskrider arbetet, ser du resultat?

God planering gör det lättare att lyckas. Trots det når man **resultat bara genom arbete**. Ingen plan klarar av att helt och hållet förutse vare sig trycket från omgivningen eller det egna genomförandet. Därför är det **viktigt att skriva ner vad som har gjorts och hur arbetet framskrider**. Det är lättare att justera åtgärder som man har gjort anteckningar om, och en insiktsfull utfallsanalys kan man grunda bara på anteckningar om vad som har gjorts.

Exempel på uppföljningssätt:

- Månadsvisa sammanfattningar: vad gjorde jag, vad lärde jag mig, vad har inte slutförts ännu
- Uppföljning av hur webbkursen framskridit
- Dokumentering av åtgärder som vidtagits på åkern (plats, tid, resultat)
- Uppföljning av vädret och förhållandena (vid behov skiftesvis).

Verksamhetssätt som stöder uppföljningen:

- Förvara den aktiva planen, alltså de delområdesvisa arbetsmallarna, på ett enda ställe – till exempel i en mapp i datorn eller utskriven på papper.
- Placera arbetsmallen eller arbetsmallarna på ett synligt ställe.
- Ställ in påminnelser i till exempel telefonen.
- Skriv ner också förseningar och misslyckanden för att du ska lära dig att förbättra planerna. Ingen ambitiös plan lyckas varje gång.
- Gör uppföljningen till en vana så att den inte känns som ett tvång.

7 ANALYS

Hurdana resultat uppnådde du, förändrades något?

Gör inte enbart upp en lista över åtgärderna som du vidtog – **fundera på vad de ledde till**.

- Förändrades din kompetens? På vilket sätt?
- Tillämpade du något nytt i praktiken?
- Fick du nya insikter eller väcktes nya frågor?
- Vad lyckades – varför?
- Vad lyckades inte – varför?

Kom ihåg att ett misslyckande inte är något att skämmas för, utan en värdefull chans att lära sig. När vi stannar upp och ärligt ser över varför något inte lyckades, sparar vi tid, pengar och nerver i fortsättningen. Om vi ändå fortsätter som tidigare utan att lära oss något, stöter vi lätt på samma fallgropar igen. Utvecklingsarbetet med Uudistaja utförs planmässigt och med lärdomar dragna av tidigare misstag.

8 TA VARA PÅ LÄRDOMARNA

Vad ska göras härnäst?

Nu när du har utvärderat vad du lärde dig och hur du lyckades är det läge att planera vad du ska göra under nästa växtperiod:

- Har du nu tillräckliga kunskaper för att kunna ta itu med ett nytt delområde?
- Vilken betydelse för de andra utvecklingsobjekten har det som du lärt dig?
- Fortsätter du att fördjupa dig i samma delområde?

Skriv ut eller öppna nya arbetsmallar och gör upp planen inför nästa växtperiod utgående från de iakttagelser som du gjorde vid analysen.

Vilket delområde handlar planen om?

Kompetensutveckling

Datum

15.8.2025

1. Hurdant är delområdets nuläge?

I nuläget görs saker och ting inte på rutin, utan olika verksamhetssätt och metoder undersöks hela tiden.

Jag ger akt på vad andra motsvarande gårdar gör, deltar i projekt och nätverkar.

Olika mätare används. Exempel: med hjälp av satellitmaterial räknar jag "gröna veckor" och tar mer omfattande jordprov, också på en meters djup.

2. Vad vill du uppnå?

Jag vill vara en förebild – dela med mig av det jag har lärt mig, inspirera andra.

Jag vill göra mer systematiska mätningar och nå tydliga resultat som är jämförbara.

3. När ska målet nås?

Senast 31.12.2027

4. Vad tänker du göra? (handlingsplan)

Varje vecka avsätter jag ungefär en timme till att studera och inhämta kunskaper.

Jag deltar i Carbon Action Clubs morgonkaffemöten.

Jag börjar regelbundet skriva om sådant som jag lärt mig och egna tankar, åtminstone i jordbrukargruppen och senare också i sociala medier.

5. Hur mycket resurser avsätter du för verksamheten?

Kunskapsinhämtning och studier: ca 1 h/vecka (50 h/år). Insamling av iakttagelser som gäller den egna gården och skrivande om dem: ca 1,5 h/vecka (75 h/år).

Resekostnader och andra kostnader: ca 500 €.

DELOMRÅDE 2

Förbättra och upprätthåll åkermarkens odlingskick målmedvetet

Marken är jordbrukarens viktigaste resurs. En stor del av åkrarna i Finland dras med problem som gäller odlingskicket: markpackning, brister i vattenhushållningen eller låg mullhalt. Som alla jordbrukare vet är åkermarken inte vilket produktionsmedel som helst. Den är levande natur, och om den sköts rätt är den mycket mer än bara ett underlag för växterna och näringsämnena.

Regenerativt jordbruk är långsiktigt arbete genom vilket du förbättrar markens odlingskick och bygger upp produktionens hållbarhet. Ta fasta på att eliminera orsakerna till problem med odlingskicket, inte på att lindra symptomen. Kombiner olika analys- och observationsmetoder med vars hjälp du skapar en helhetsbild av hur odlingskicket utvecklas. Uppmärksamma särskilt dräneringen och riskerna för markpackning.



© Alina Uotila

1 BEDÖM ODLINGSSKICKETS NULÄGE Hurdant är utgångsläget?

Omsorg om odlingskicket förutsätter att du har klarlagt odlingskicket på dina skiften. Bedöm ärligt i vilket skick skiftena nu är. Problem med odlingskicket förekommer på nästan alla gårdar. Underskatta dem inte – **nu behöver utgångsläget fastställas.**

Hjälpfrågor:

- Känner du till dina åkrar? Har du klarlagt deras odlingskick genom egna iakttagelser?
- Har du en markvårdsplan? Om odlingskicket redan är gott, hur ser du till att hålla det på den nivån?
- Hur pass väl känner du till täckdikningen på dina åkrar? Vet du var täckdikesutloppen finns? Har du kontrollerat att vattnet obehindrat kan rinna ut ur dem?
- Har du kontrollerat däcktrycken? Och hurdana är däcken på maskinerna?
- Planerar du arbetena på åkern så att markpackning undviks?
- Finns det på åkern ställen där det bildas pölar eller som annars torkar upp långsamt? Har du förbättrat grundtorrläggningen?
- Använder du något verktyg för att göra iakttagelser om markens odlingskick?
- Är du på det klara med skiftens pH och kalkningsbehov?

Om de här sakerna är främmande för dig så gå tillbaka till delområde 1: **Utveckla din kompetens kontinuerligt.**

Här hittar du stödmaterial med vars hjälp du kan förkovra dina kunskaper om hur markens odlingskick förbättras: **BSAG:s stödmaterial.**

2 STÄLL UPP ETT MÅL Vad vill du uppnå?

Vad har du för mål? **Vilken slags förändring vill du åstadkomma?** Ju tydligare du kan ange målet, desto bättre. Ett bra mål är ambitiöst och motiverande, men nåbart.

Hur kan du mäta om målet uppnåtts? Mätarna hjälper dig att se om åtgärderna har effekter och är tillräckliga. **Formulera målet i mätbar form.** Om tidsgränsen är längre än ett år/en växtperiod är det bra att säkerställa att målet kan spjälkas upp i etappmål som det är lätt att följa upp.

Hurdana förändringar vill du åstadkomma på åkrarna som du odlar?

När det gäller att förbättra åkermarkens odlingsskick kan målet vara till exempel:

- Att bedöma markstrukturens nuläge mer ingående på de skiften som gården odlar.
- Att ta reda på vilka skiften som skulle dra den största nyttan av förbättringsåtgärder.
- Att genomföra två eller fler åtgärder som förbättrar odlingsskicket på åkerskiften som är så likartade som möjligt i fråga om jordart och odlingsskick.
- Att systematiskt följa upp försöket för att hitta de åtgärder som passar din gård bäst.

Skriv ner målet tydligt och entydigt, och åta dig att nå det. **Gör målet betydelsefullt för din gård.** Det är värt att försöka hitta ett sätt att främja åkerns odlingsskick som är det bästa möjliga helhetsekonomiskt sett.

3 BESTÄM EN TIDSGRÄNS När ska målet nås?

För att se tydliga resultat av ansträngningarna för att utveckla odlingsskicket **behövs det mer än ett år**, men vissa förbättringar kan man åstadkomma redan det första året. Bestäm en tidsgräns inom vilken du försöker nå ditt mål.

Tänk ut en tidsgräns som är **realistisk men tillräckligt ambitiös** i förhållande till ditt mål. Ställ vid behov upp etappmål.

4 GÖR UPP EN PLAN FÖR UTVECKLING AV ODLINGSSKICKET Vad tänker du göra?

Gör upp en plan med vars hjälp du når ditt mål. Fundera på vad som behövs och är möjligt, när du beaktar de tillgängliga resurserna. Överväg om du behöver hjälp av en utomstående expert eller av en kollega. Var får du enklast och mest kostnadseffektivt tag på den hjälp som du behöver? Vad ska du göra, och i vilken ordning?

Exempel:

- Jag bedömer markstrukturen visuellt på alla skiften före 31.7. (*Markstrukturkort för visuell bedömning av markstrukturen*)
- Jag gör iakttagelser om vattenhushållningen – i synnerhet uppmärksammar jag ställen där det bildas pölar.
- Jag planerar åkerarbetena så att markpackningsrisker undviks.
- Jag ställer in däcktrycken och kontrollerar däckens på maskinerna.
- Jag gör upp en *skiftesvis markvårdsplan (BSAG)* för två skiften nästa sommar.

Allting kommer inte nödvändigtvis att löpa på det sätt som du planerat, och planen kan uppdateras efter hand. Du kan hålla fast vid målet men välja en annan väg som leder dit.

5 GÖR UPP EN BUDGET Hur mycket resurser avsätter du för verksamheten?

När du gör upp en plan är det klokt att fundera också på hur mycket tid, pengar, areal och andra eventuella resurser du kan avsätta för att nå målet. Det kan krävas investeringar för att förbättra odlingsskicket, men lågavkastande mark blir dyrare på lång sikt. Mark som är i gott skick ger jämnare avkastning på sikt, när produktionsinsatsernas verkkningsgrad och skördesäkerheten stiger.

Fundera på följande:

Tid: Hur många timmar per vecka/månad/år behöver du för att genomföra din plan?

Pengar: Kostar åtgärderna något? Står du inför en maskininvestering, behöver du underhålla täckdikena eller förbättra dikningen? Är det möjligt att ansöka om investeringsstöd, till exempel för ett täckdikningsprojekt?

Areal: Gör du först ett försök på en måttlig areal och går sedan över till en större areal om åtgärden fungerar? Eller är du redo att genomföra åtgärden på större delen av skiftena?

6 UPPFÖLJNING Hur framskrider arbetet, ser du resultat?

God planering gör det lättare att lyckas. Trots det når man **resultat bara genom arbete**. Ingen plan klarar av att helt och hållet förutse vare sig trycket från omgivningen eller det egna genomförandet. Därför är det **viktigt att skriva ner vad som har gjorts och hur arbetet framskrider**. Det är lättare att justera åtgärder som man har gjort anteckningar om, och en insiktsfull utfallsanalys kan man grunda bara på anteckningar om vad som har gjorts.

Exempel på uppföljningssätt:

- Ge akt på hur åtgärderna inverkar på markens odlingsskick
- Se hurdana resultat en visuell bedömning av markstrukturen med hjälp av *Markstrukturkortet* ger.

Verksamhetssätt som stöder uppföljningen:

- Förvara den aktiva planen, alltså de delområdesvisa arbetsmallarna, på ett enda ställe – till exempel i en mapp i datorn eller utskriven på papper.
- Placera arbetsmallen eller arbetsmallarna på ett synligt ställe.
- Ställ in påminnelser i till exempel telefonen.
- Skriv ner också förseningar och misslyckanden för att du ska lära dig att förbättra planerna. Ingen ambitiös plan lyckas varje gång.
- Gör uppföljningen till en vana så att den inte känns som ett tvång.

En stor del av de nyttor som Uudistaja för med sig beror på att planeringen, genomförandet av praktiska åtgärder och utvärderingen av det utförda arbetet görs systematiskt.



© Markku Pulkkinen

7 ANALYS Hurdana resultat uppnådde du, förändrades något?

Har åtgärderna varit till nytta på riktigt, skulle fler åtgärder ha behövts? Försök förstå var förändringen märks i ett längre perspektiv. Markens odlingsskick stärks småningom när arbetet är planmässigt och långsiktigt. Utan omsorgsfull utvärdering kan resultaten bli anspråkslösa och samma misstag upprepas år efter år.

Det kan också vara så att en åtgärd som varit effektiv någon annanstans inte ger resultat på just din gård eller att någon annan åtgärd skulle fungera bättre.

Här är det viktigt att skriva ner vad som har åstadkommits med de åtgärder som vidtagits. Vilka av resultaten var eftersträfvade, vilka var till nytta av misstag, och vilka gäller det att försöka undvika i fortsättningen?

Gör inte enbart upp en lista över åtgärderna som du vidtog – **fundera på vad de ledde till**.

- Lakttog du förändringar på skiftet?
- Märks effekten till exempel på att åkerns förmåga att hålla kvar vatten har blivit bättre?
- Har fläckar med packad mark eliminerats?
- Har skördesäkerheten förbättrats?
- Vad fungerade inte? Hur kan du undvika samma misstag i fortsättningen?

Att analysera resultaten är viktigt när man bedriver utvecklingsarbete. Det gör inget om något gick åt pipan. Det gäller bara att försöka upptäcka saken i tid och lägga om kursen.

8 TA VARA PÅ LÄRDOMARNA Vad ska göras härnäst?

Här visar det sig om resultatet var värt all möda. Om en åtgärd lyckades, kan du då tillämpa den också på andra skiften? Om en åtgärd inte lyckades, byter du då åtgärd eller försöker du på nytt med en förbättrad plan? Förbättring av markens odlingsskick är en kontinuerlig process. Det viktigaste är att:

- Du vet vad du har gjort.
- Du vet varför det fungerar eller inte fungerar.
- Du är redo att lägga om kursen.

Skriv ut eller öppna nya arbetsmallar och gör upp planen inför nästa växtperiod utgående från de iakttagelser som du gjorde vid analysen.

Kom ihåg att det inte handlar om att producera rapporter för rapporternas skull, i stället handlar det om att bygga upp en **produktiv, hållbar och rationell gård**. Ett gott odlingsskick är jordbrukarens viktigaste verktyg och dess värde framträder när man långsiktigt månar om det.

Vilket delområde handlar planen om?

Förbättring av odlingsskicket

Datum

15.8.2025

1. Hurdant är delområdets nuläge?

Skiftenas nuläge vet jag mycket om.

Jag har för vana att satsa på uppföljning och planmässig verksamhet

Frågor som gäller odlingsskicket funderar jag långsiktigt på, i de olika skedena av växtföljden.

2. Vad vill du uppnå?

Jag vill göra systematiska iakttagelser om odlingsskicket på åkrarna och använda iakttagelserna som hjälpmedel vid beslutsfattandet.

Jag vill göra upp en skiftesvis markvårdsplan för åtminstone två skiften.

Jag vill börja tillämpa reglerbar dränering på ett skifte.

3. När ska målet nås?

Senast 31.12.2027

4. Vad tänker du göra? (handlingsplan)

Jag gör upp en markvårdsplan för skiftena X.

Jag börjar skriva ner alla iakttagelser som har med odlingsskicket att göra.

På ett skifte genomför jag reglerbar dränering

- Jag undersöker de alternativ som finns inom reglerbar dränering
- Jag konkurrensutsätter entreprenörerna och uppskattar kostnaderna
- Jag tar reda på om investeringsstöd kan fås
- Jag gör upp en tidtabell för dikningsprojektet och kommer överens om arbetsfördelningen.

5. Hur mycket resurser avsätter du för verksamheten?

Tid: under växtperioden 1 h/vecka för att göra iakttagelser och skriva ner dem.

Markvårdsplan: 5 h iakttagelser+antecknande/skifte.

Pengar: Reglerbar dränering ca 4500 €/ha, investeringsstöd max. 40 %.

DELOMRÅDE 3

Stärk den biologiska mångfalden ovan och under jord systematiskt

För en regenerativ jordbrukare är den biologiska mångfalden framför allt ett verktyg som bidrar till att stärka gårdens ekonomi och samtidigt förbättra miljön. Jordbruksmetoderna inverkar på den lokala biologiska mångfalden. Den biologiska mångfalden inverkar i sin tur på skördenivåerna, behovet av växtskydd, kolbindningen och förbättringen av markens odlingskick. När du förstår det här kan du starta en god cirkel.



© Lassi Häkkinen

1 BEDÖM MÅNGFALDENS NULÄGE Hurdant är utgångsläget?

Det första steget är att bedöma hur gårdens verksamhet av i dag inverkar på den biologiska mångfalden. Att förbättra mångfalden är på många sätt till nytta för gården, och förbättringsmöjligheterna är många. Den mångfald som är värdefullast för jordbruksekosystemet finns ofta under jord. Mångfalden ovan jord stöder mångfalden under jord och kan vara till nytta bland annat när växtsjukdomarna bekämpas.

Här nedan ser du åtta hjälpfrågor för bedömning av utgångsläget.

- Identifierar du i dina egna odlingsvanor åtgärder som stärker mångfalden? Och hur är det med åtgärder som försvagar den?
- Finns det värdefulla biotoper på din gård? Har de kartlagts, eller har en skötselplan för dem gjorts upp?
- Skulle olika arters livsmiljöer på din gård kunna göras mångsidigare?
- Hur skulle du kunna främja markorganismernas mångfald på dina skiften?
- Stöder växtföljden den biologiska mångfalden? Vilka åtgärder inverkar positivt på den biologiska mångfalden, vilka inverkar negativt?
- Beaktar du sorternas genetiska mångfald vid valet av grödor?
- Stöder betessätten biodiversiteten?
- Kan du på din gård genomföra åtgärder som främjar bevarandet av ursprungsraser?

2 STÄLL UPP ETT MÅL Vad vill du uppnå?

Vad har du för mål? **Vilken slags förändring vill du åstadkomma?** Ju tydligare du kan ange målet, desto bättre. Ett bra mål är ambitiöst och motiverande, men nåbart.

Hur kan du mäta om målet uppnåtts? Mätarna hjälper dig att se om åtgärderna har effekter och är tillräckliga. **Formulera målet i mätbar form.** Om tidsgränsen är längre än ett år/en växtperiod är det bra att säkerställa att målet kan spjälkas upp i etappmål som det är lätt att följa upp.

Målet kan till exempel vara följande:

- Att utöka livsmiljöerna för olika arter av organismer
- Att diversifiera de växtarter som odlas på gården
- Att minska de störningar som markorganismerna drabbas av
- Att minska användningen av bekämpningsmedel.

Formulera målet så att det är tydligt och mätbart.

Exempel: *”Jag utökar livsmiljöerna för olika arter av organismer på gården genom att anlägga mångfaldsremsor”.*

3 BESTÄM EN TIDSGRÄNS När ska målet nås?

Bestäm en tidsgräns inom vilken resultatet ska ha nåtts. Avsätt tillräckligt med tid för att det ska vara möjligt att nå målet. **Tänk ut ett tidsspänn som är ambitiöst med tanke på målet men samtidigt möjligt.**

4 PLANERA HUR DU SKA FÖRBÄTTRA MÅNGFALDEN Vad tänker du göra?

Gör upp en plan med vars hjälp du når ditt mål. Fundera på vad som behövs och är möjligt, när du beaktar de tillgängliga resurserna. Överväg om du behöver hjälp av en utomstående expert eller av en kollega. Var får du enklast och mest kostnadseffektivt tag på den hjälp som du behöver? Vad ska du göra, och i vilken ordning?

Exempel:

- **Utveckling av livsmiljöerna**
skalbaggsåsar, pollinerarremсор, skyddszoner, områden med grupper av buskar eller träd, våtmarker, bevarande av stenrösen.
- **Diversifiering av växtligheten**
artrika blandningar av fånggrödor och vallväxter samt större betoning på höstsådda grödor, fler blommande skördeväxter i växtföljden.
- **Främjande av livet under jord**
minimerad bearbetning, tillförsel av organiskt material (biflöden från animalisk produktion, kompost, rötrester från biogasanläggningar), växttäckte året om (biomassa under och ovan jord), kvävefixerande växter som ett inslag i växtföljden.
- **IPM-principer**
minimerad användning av bekämpningsmedel, övervakning av växtbestånden, lösningar som gynnar rovinsekter (till exempel mångfaldsremsor)
- **Betesrutiner**
utnyttjande av rotationsbete för ökning av åkernaturens mångfald..

Allting kommer inte nödvändigtvis att löpa på det sätt som du planerat, och planen kan uppdateras efter hand. Du kan hålla fast vid målet men välja en annan väg som leder dit.

5 GÖR UPP EN BUDGET Hur mycket resurser avsätter du för verksamheten?

När du gör upp en plan är det klokt att fundera också på hur mycket **tid, pengar, areal** och andra eventuella resurser du kan avsätta för att nå målet. Den areal som du använder för att förbättra mångfalden är ofta en betydelsefull resurs som det är bra att utnyttja på ett medvetet sätt.

6 UPPFÖLJNING Hur framskrider arbetet, ser du resultat?

God planering gör det lättare att lyckas. Trots det når man **resultat bara genom arbete**. Ingen plan klarar av att helt och hållet förutse vare sig trycket från omgivningen eller det egna genomförandet. Därför är det **viktigt att skriva ner vad som har gjorts och hur arbetet framskrider**. Det är lättare att justera åtgärder som man har gjort anteckningar om, och en insiktsfull utfallsanalys kan man grunda bara på anteckningar om vad som har gjorts.

Exempel på uppföljningssätt:

- Observera mängden flygande insekter på olika skiften.
- Observera antalet åkerfåglar.
- Gör ett masktest och se hur många daggmaskar det finns i en uppgrävd jordkoka.
- Ge akt på mångfaldsremsornas inverkan på skadedjurstrycket.

Verksamhetssätt som stöder uppföljningen:

- Förvara den aktiva planen, alltså de delområdesvisa arbetsmallarna, på ett enda ställe – till exempel i en mapp i datorn eller utskriven på papper.
- Placera arbetsmallen eller arbetsmallarna på ett synligt ställe.
- Ställ in påminnelser i till exempel telefonen.
- Skriv ner också förseningar och misslyckanden för att du ska lära dig att förbättra planerna. Ingen ambitiös plan lyckas varje gång.
- Gör uppföljningen till en vana så att den inte känns som ett tvång.



7 ANALYS Hurdana resultat uppnådde du, förändrades något?

För miljön är den biologiska mångfalden viktig i sig själv, men i det regenerativa jordbruket ställs också produktionsmässiga förväntningar på den. Effekten på behovet att använda växtskyddsmedel eller på skördens kvalitet kan bli synlig med fördröjning. Försök ändå bedöma om **åtgärderna har varit till nytta på riktigt** och om fler åtgärder skulle ha behövts. Försök förstå var någonstans förändringen blir synlig i ett längre perspektiv.

Eftersom förändringarna kan vara små behöver uppföljningen vara systematisk och analysen ärlig. Det kan också vara så att en åtgärd som varit effektiv någon annanstans inte ger resultat på just din gård eller att någon annan åtgärd skulle fungera bättre.

Gör inte enbart upp en lista över åtgärderna som du vidtog – **fundera på vad de ledde till**.

- Vad förändrades på skiftet?
- Vad förändrades i jordbruksmiljön?
- Har åtgärderna minskat växternas sjukdoms- eller skadedjurstryck?
- Har du kunnat minska på användningen av växtskyddsmedel?
- Vad fungerade inte? Hur kan du undvika samma misstag i fortsättningen?

Att analysera resultaten är viktigt när man bedriver utvecklingsarbete. Det gör inget om något gick åt pipan. Det gäller bara att försöka upptäcka saken i tid och lägga om kursen.

8 TA VARA PÅ LÄRDOMARNA Vad ska göras härnäst?

Här visar det sig om resultatet var värt all möda. Om en åtgärd lyckades, kan du då tillämpa den också på andra skiften? Om en åtgärd inte lyckades, byter du då åtgärd eller försöker du på nytt med en förbättrad plan?

Främjande av den biologiska mångfalden är en kontinuerlig process. Det viktigaste är att:

- Du vet vad du har gjort.
- Du vet varför det fungerar eller inte fungerar.
- Du är redo att lägga om kursen.

Skriv ut eller öppna nya arbetsmallar och gör upp planen inför nästa växtperiod utgående från de iakttagelser som du gjorde vid analysen.

Vilket delområde handlar planen om?

Förbättring av mångfalden

Datum

15.8.2025

1. Hurdant är delområdets nuläge?

Växtföljden planeras så att mångfalden bevaras.

Mångfaldsremsor har testats, och blommande bestånd ingår i växtföljden när det är möjligt.

I vallarna används artrika blandningar där kvävefixerande växter ingår.

2. Vad vill du uppnå?

Mångfaldsremsor på 1–3 % av den totala arealen årligen.

Jag vill främja förekomsten av pollinatörer och ta reda på om mångfaldsremorna inverkar på sjukdoms- eller skadedjurstrycket.

3. När ska målet nås?

Senast 31.12.2027.

4. Vad tänker du göra? (handlingsplan)

Jag ökar antalet mångfaldsremsor i enlighet med målet och planerar fröblandningarna för dem så att blomningen på remsan pågår så länge som möjligt.

Jag planerar remsorna så att det ökade antalet pollinatörer och de övriga nyttorna är till så bred hjälp som möjligt.

Jag jämför förekomsten av växtsjukdomar och skadedjur nära mångfaldsremsan och längre bort från den.

5. Hur mycket resurser avsätter du för verksamheten?

Areal: 1–3 % av den totala arealen, stödet för mångfaldsväxter inom stödet för miljösystem utnyttjas.

Pengar: fröblandningen ca 80 €/ha. Tid: 30 h/växtperiod.

DELOMRÅDE 4

Ha en mångsidig växtföljd

I en mångsidig växtföljd turas till exempel olika sädesslag om med balj- och oljeväxter, artrika vallar och olika botten- och fånggrödor. Genom växtföljden försöker man maximera det vintertida levande växttäcket. I växtvalen beaktas också de nyttor som olika rotsystem medför för marken. Målet är ett bättre odlingsskick, ett lägre sjukdoms- och skadedjurstryck och ett effektivare näringskretslopp. Tack vare ett vintertida levande växttäck maximerar man växternas assimilation, alltså antalet gröna veckor också utanför växtperioden.



1 BEDÖM VÄXTFÖLJDENS NULÄGE Hurdant är utgångsläget?

Börja med att bedöma hur pass mångsidig växtföljden på gården är just nu.

Här nedan ser du åtta hjälpfrågor för bedömning av utgångsläget.

- Har du en skriftlig växtföljdsplan?
Har du gjort en skiftesindelning?
- Känner du dina skiften och vilken växtföljd som lämpar sig för dem?
- Har du jämfört växtföljderna med hjälp av ett verktyg för växtföljdsplanering?
- Bedöm nyttorna av din nuvarande växtföljd när det gäller odlingsskicket, näringskretsloppet och hanteringen av ogräs, växtsjukdomar och skadeinsekter.
- Vilka växter används för att komplettera den nuvarande växtföljden / de nuvarande växtföljderna?
- Finns det något på gården som begränsar en diversifiering av växtföljden? Ta hänsyn till gårdens förutsättningar, efterfrågan, ekonomin, den egna kompetensen samt villkoren för jordbruksstöden och för ekoproduktionen.
- Har du provat på att odla nya grödor? Vilka försök har du på gång? Vad skulle du vilja pröva på?
- Hurdana växtföljder tillämpar gården nu?

2 STÄLL UPP ETT MÅL Vad vill du uppnå?

Vad har du för mål? **Vilken slags förändring vill du åstadkomma?** Ju tydligare du kan ange målet, desto bättre. Ett bra mål är ambitiöst och motiverande, men nåbart.

Hur kan du mäta om målet uppnåtts? Mätarna hjälper dig att se om åtgärderna har effekter och är tillräckliga. **Formulera målet i mätbar form.** Om tidsgränsen är längre än ett år/en växtperiod är det bra att säkerställa att målet kan spjälkas upp i etappmål som det är lätt att följa upp.

Välj 1–3 konkreta och mätbara mål. Lägg märke till att nyttorna av en diversifierad växtföljd märks också i odlingsskicket (delområde 2), den biologiska mångfalden (delområde 3), näringskretsloppet (delområde 7) och växtskyddet (delområde 8).

Målet kan vara till exempel följande:

- Att använda mer höstsådda grödor i växtföljden, så att riskerna under skördeperioden och brådskan under tröskningssäsongen jämnas ut. På samma gång minskar riskerna för markpackning om vårarna och det vintertida växttäcket utökas.
- Att ha mer gröngödslingsvallar i växtföljden. Att i fröblandningen ta in vallgräsarter och kvävefixerande växter för att den biologiska kvävefixeringen ska kunna maximeras.
- Att använda mer markförbättringsväxter och/eller mellangrödor.
- Att ta in en ny skördeväxt i växtföljden: till exempel bondböna, kummin eller oljeväxter.

Formulera målet så att det är tydligt och mätbart.
Exempel: "Jag tar in höstsådda växter i växtföljden".

3 BESTÄM EN TIDSGRÄNS När ska målet nås?

Gör upp eller uppdatera en växtföljdsplan som omfattar **3–5 år** och som du uppdaterar varje år. Ställ upp **etappmål** för varje år.

4 GÖR UPP EN PLAN FÖR UTVECKLING AV VÄXTFÖLJDEN Vad tänker du göra?

Gör upp en plan med vars hjälp du når ditt mål. Fundera på vad som behövs och är möjligt, när du beaktar de tillgängliga resurserna. Överväg om du behöver hjälp av en utomstående expert eller av en kollega. Var får du enklast och mest kostnadseffektivt tag på den hjälp som du behöver? Vad ska du göra, och i vilken ordning?

Exempel:

- Jag planerar en mångsidigare växtföljd tillsammans med en rådgivare och tar in också höstsäd i växtföljden.
- Jag diversifierar vallblandningarna och tar in fler djuprotade växter i dem.
- Jag skriver ner mina observationer om hur vallblandningarna fungerar på olika åkerskiften.
- Jag sår bottengrödor under skördeväxten.

Allting kommer inte nödvändigtvis att löpa på det sätt som du planerat, och planen kan uppdateras efter hand. Du kan hålla fast vid målet men välja en annan väg som leder dit.

5 GÖR UPP EN BUDGET Hur mycket resurser avsätter du för verksamheten?

När du gör upp en plan är det klokt att fundera på hur mycket **tid, pengar, areal** och andra eventuella resurser du kan avsätta för att nå målet. Planering av växtföljden är en viktig del av gårdens ekonomiska planering och kräver budgetering.

6 UPPFÖLJNING Hur framskrider arbetet, ser du resultat?

God planering gör det lättare att lyckas. Trots det når man **resultat bara genom arbete**. Ingen plan klarar av att helt och hållet förutse vare sig trycket från omgivningen eller det egna genomförandet. Därför är det viktigt att skriva ner vad som har gjorts och hur arbetet framskrider. Det är lättare att justera åtgärder som man har gjort anteckningar om, och en insiktsfull utfallsanalys kan man grunda bara på anteckningar om vad som har gjorts.

Exempel på uppföljningssätt:

- Skriv ner utmaningar och framgångar som du har mött när du genomfört åtgärderna.
- Ge akt på hur växternas rotsystem inverkar på markstrukturen.
- Gör ett masktest och se hur många daggmaskar det finns i en uppgrävd jordkoka.
- Ge akt på växtbestånden och försök ta reda på om en mångsidigare växtföljd har minskat skadedjurstrycket på skördeväxterna.

Verksamhetssätt som stöder uppföljningen:

- Förvara den aktiva planen, alltså de delområdesvisa arbetsmallarna, på ett enda ställe – till exempel i en mapp i datorn eller utskriven på papper.
- Placera arbetsmallen eller arbetsmallarna på ett synligt ställe.
- Ställ in påminnelser i till exempel telefonen.
- Skriv ner också förseningar och misslyckanden för att du ska lära dig att förbättra planerna. Ingen ambitiös plan lyckas varje gång.
- Gör uppföljningen till en vana så att den inte känns som ett tvång.



© Henri Uotila

7 ANALYS Hurdana resultat uppnådde du, förändrades något?

Beroende på utgångsläget kan en diversifiering av växtföljden kräva årtal av långsiktigt arbete. Har åtgärderna varit till nytta på riktigt, skulle fler åtgärder ha behövts? Försök förstå var någonstans förändringen blir synlig i ett längre perspektiv.

Eftersom förändringarna kan vara små behöver uppföljningen vara systematisk och analysen ärlig. Det kan också vara så att en åtgärd som varit effektiv någon annanstans inte ger resultat på just din gård eller att någon annan åtgärd skulle fungera bättre.

Här är det viktigt att skriva ner vad som har åstadkomits med de åtgärder som vidtagits. Vilka av resultaten var eftersträfvade, vilka var till nytta av misstag, och vilka gäller det att försöka undvika i fortsättningen?

Gör inte enbart upp en lista över åtgärderna som du vidtog – **fundera på vad de ledde till**.

- Blev växtföljden på gården mångsidigare, och vilka effekter har det haft?
- Hur påverkades markens odlingskick av åtgärderna?
- Vad fungerade inte? Hur kan du undvika samma misstag i fortsättningen?

Att analysera resultaten är viktigt när man bedriver utvecklingsarbete. Det gör inget om något gick åt pipan. Det gäller bara att försöka upptäcka saken i tid och lägga om kursen.

8 TA VARA PÅ LÄRDOMARNA Vad ska göras härnäst?

Här visar det sig om resultatet var värt all möda. Om en åtgärd lyckades, kan du då tillämpa den också på andra skiften? Om en åtgärd inte lyckades, byter du då åtgärd eller försöker du på nytt med en förbättrad plan?

Diversifiering av växtföljden är en kontinuerlig process. Det viktigaste är att:

- Du vet vad du har gjort.
- Du vet varför det fungerar eller inte fungerar.
- Du är redo att lägga om kursen.

Skriv ut eller öppna nya arbetsmallar och gör upp planen inför nästa växtperiod utgående från de iakttagelser som du gjorde vid analysen.

Vilket delområde handlar planen om?

Diversifiering av växtföljden

Datum

15.8.2025

1. Hurdant är delområdets nuläge?

I växtföljden ingår vallar, vete och korn. Den vanligaste växtföljden på de näraliggande åkrarna är 3 år vall och 2-3 år spannmål. Vallarna förnyas med 3 års mellanrum och anläggs i skyddssäd. Vallblandningen består av 75 % timotej och 25 % ängssvingel. Separata fånggrödor har inte såtts på de spannmålsskiften där vall inte anläggs under året i fråga.

Den nuvarande växtföljden är mångsidig, den innehåller ett- och fleråriga växter samt växter som tillhör olika släkten.

2. Vad vill du uppnå?

Jag vill ta in också höstsådda växter i växtföljden.

Jag vill ta in djuprotade växter i den nuvarande vallblandningen.

Jag vill pröva på olika fång- och mellangrödor.

3. När ska målet nås?

Senast 31.12.2026

4. Vad tänker du göra? (handlingsplan)

Jag sammanställer en skiftesvis plan som är lätt att uppdatera. I den skriver jag in fång- och mellangrödor som passar för skiftet och stöder växtföljden samt de nyttor som växtföljden förväntas ge.

Vallblandningen diversifieras med hjälp av kvävefixerande växter, och under de kommande åren ger jag akt på hur blandningen fungerar.

Under växtperioden gör jag olika försök och iakttar växtbestånden. Jag skriver ner iakttagelserna, och den preliminära växtföljdsplanen inför nästa växtperiod gör jag upp redan föregående höst.

5. Hur mycket resurser avsätter du för verksamheten?

Planen omfattar 90-100 % av åkrarna.

Försök med fröblandningar: max. 800 €.

Tid för planering och annat: 5 h/månad.

Maximera det levande växttäcket året runt

Inom regenerativt jordbruk strävar man efter att **minst 90 %** av åkerarealen ska ha ett **levande växttäck** året runt. Det här åstadkoms genom **fleråriga vallar**, **höstsådda grödor** och **mellan- och fånggrödor** som bevaras på åkern över vintern utan bearbetning. Växtbeståndet kan anläggas i samband med eller efter bearbetningen – det väsentliga är att **assimilationen fortgår** så länge som möjligt.



© Alina Uotila

1 BEDÖM VÄXTTÄCKETS NULÄGE Hurdant är utgångsläget?

Börja med att bedöma utgångsnivån. Hur stort är det vintertida växttäcket på din gård? Hur stor andel av det består av levande och assimilerande växtlighet?

Här nedan ser du sju hjälpfrågor för bedömning av utgångsläget.

- Hur stor är den areal där du har ett kontinuerligt och levande växttäck?
- Har du följt antalet gröna veckor på gården?
- Kan du öka antalet gröna veckor eller arealen med växttäck?
- På vilka sätt försöker du maximera assimileringen utanför växtperioden?
- Har du provat på mellangrödor?
- Använder du till exempel fleråriga vallar, höstsådda grödor och sådana fånggrödor vars bestånd bevaras över vintern?
- Vad annat kan du göra för att främja ett levande växttäck året runt, antingen i samband med att växtbeståndet bearbetas eller efter det?

2 STÄLL UPP ETT MÅL Vad vill du uppnå?

Vad har du för mål? **Vilken slags förändring vill du åstadkomma?** Ju tydligare du kan ange målet, desto bättre. Ett bra mål är ambitiöst och motiverande, men nåbart.

Hur kan du mäta om målet uppnåtts? Mätarna hjälper dig att se om åtgärderna har effekter och är tillräckliga. **Formulera målet i mätbar form.**

Om tidsgränsen är längre än ett år/en växtperiod är det bra att säkerställa att målet kan spjälkas upp i etappmål som det är lätt att följa upp.

Målet kan vara till exempel följande:

- Att det vintertida levande växttäcket upptar 90 % av arealen.
- Att ta in fång- och mellangrödor i växtföljden.
- Att öka antalet gröna veckor.

Formulera målet så att det är tydligt och mätbart. Exempel: "Jag åstadkommer ett vintertida levande växttäck på 90 % av arealen genom att gå över till vårbearbetning och ta in höstsäd och fånggrödor i växtföljden."

3 BESTÄM EN TIDSGRÄNS När ska målet nås?

Bestäm en tidsgräns inom vilken resultatet ska ha nåtts. Avsätt tillräckligt med tid för att det ska vara möjligt att nå målet. **Tänk ut ett tidsspann som är ambitiöst med tanke på målet men samtidigt möjligt.**

4 PLANERA HUR DU SKA UTÖKA VÄXTTÄCKET Vad tänker du göra?

Gör upp en plan med vars hjälp du når ditt mål. Fundera på vad som behövs och är möjligt, när du beaktar de tillgängliga resurserna. Överväg om du behöver hjälp av en utomstående expert eller av en kollega. Var får du enklast och mest kostnadseffektivt tag på den hjälp som du behöver? Vad ska du göra, och i vilken ordning?

Fråga dig först vad som behöver förändras och vad som försvårar eller förhindrar en förändring. Gör en lista över det som hindrar eller bromsar upp och tänk ut hur du kan övervinna de här svårigheterna. Det väsentliga är att du hittar de effektivaste lösningarna för just din gård. **Det är viktigt att komma ihåg att du utökar det levande vintertida växttäck för gårdens bästa, så tänk ut vad som fungerar på din gård.**

Exempel:

- Jag planerar en mångsidigare växtföljd tillsammans med en rådgivare och tar in också höstsäd i den.
- Jag sår fleråriga vallar för att de gröna veckorna ska bli fler.
- Jag skriver ner mina iakttagelser om hur vallblandningarna fungerar på olika åkerskiften.
- Jag sår in bottengrödor under skördeväxten.

Allting kommer inte nödvändigtvis att löpa på det sätt som du planerat, och planen kan uppdateras efter hand. Du kan hålla fast vid målet men välja en annan väg som leder dit.

5 GÖR UPP EN BUDGET Hur mycket resurser avsätter du för verksamheten?

När du gör upp en plan är det klokt att fundera på hur mycket **tid, pengar, areal** och andra eventuella resurser du kan avsätta för att nå målet.

6 UPPFÖLJNING Hur framskrider arbetet, ser du resultat?

God planering gör det lättare att lyckas. Trots det når man **resultat bara genom arbete**. Ingen plan klarar av att helt och hållet förutse vare sig trycket från omgivningen eller det egna genomförandet. Därför är det **viktigt att skriva ner vad som har gjorts och hur arbetet framskrider**. Det är lättare att justera åtgärder som man har gjort anteckningar om, och en insiktsfull utfallsanalys kan man grunda bara på anteckningar om vad som har gjorts.

Exempel på uppföljningssätt:

- Skriv ner utmaningar och framgångar som du har mött när du genomfört åtgärderna.
- Ge akt på hur växttäckets inverkar på markstrukturen.
- Gör ett masktest och se hur många daggmaskar det finns i en uppgrävd jordkoka. Förändras antalet daggmaskar när de gröna veckorna blir fler?

Verksamhetssätt som stöder uppföljningen:

- Förvara den aktiva planen, alltså de delområdesvisa arbetsmallarna, på ett enda ställe – till exempel i en mapp i datorn eller utskriven på papper.
- Placera arbetsmallen eller arbetsmallarna på ett synligt ställe.
- Ställ in påminnelser i till exempel telefonen.
- Skriv ner också förseningar och misslyckanden för att du ska lära dig att förbättra planerna. Ingen ambitiös plan lyckas varje gång.
- Gör uppföljningen till en vana så att den inte känns som ett tvång.



7 ANALYS Hurdana resultat uppnådde du, förändrades något?

Här är det viktigt att skriva ner vad som har åstadkommits med de åtgärder som vidtagits. Vilka av resultaten var eftersträfvade, vilka var till nytta av misstag, och vilka gäller det att försöka undvika i fortsättningen? När du till de föregående dessutom kan lägga insikt om vad framgången eller misslyckandet berodde på har analysen lyckats.

Eftersom förändringarna kan vara små behöver uppföljningen vara systematisk och analysen ärlig. Det kan också vara så att en åtgärd som varit effektiv någon annanstans inte ger resultat på just din gård eller att någon annan åtgärd skulle fungera bättre.

Gör inte enbart upp en lista över åtgärderna som du vidtog – **fundera på vad de ledde till**.

- Vad förändrades på skiftena?
- Blev de gröna veckorna fler, och vad ledde det till?
- Hittade du lämpliga fånggrödor att ta in i växtföljden på din gård?
- Vad fungerade inte? Hur ska du undvika samma misstag i fortsättningen?

Att analysera resultaten är viktigt när man bedriver utvecklingsarbete. Det gör inget om något gick åt pipan. Det gäller bara att försöka upptäcka saken i tid och lägga om kursen.

8 TA VARA PÅ LÄRDOMARNA Vad ska göras härnäst?

Här visar det sig om resultatet var värt all möda. Om en åtgärd lyckades, kan du då tillämpa den också på andra skiften? Om en åtgärd inte lyckades, byter du då åtgärd eller försöker du på nytt med en förbättrad plan?

Maximering av det levande växttäckets är en kontinuerlig process. Det viktigaste är att:

- Du vet vad du har gjort.
- Du vet varför det fungerar eller inte fungerar.
- Du är redo att lägga om kursen.

Skriv ut eller öppna nya arbetsmallar och gör upp planen inför nästa växtperiod utgående från de iakttagelser som du gjorde vid analysen.

Vilket delområde handlar planen om?

Maximering av det levande växttäcket

Datum

15.8.2025

1. Hurdant är delområdets nuläge?

På gården finns fleråriga vallar, höstsådda grödor och sådana bestånd av fånggrödor som bevaras över vintern.

Det levande växttäcket utgör ca 70-80 %.

2. Vad vill du uppnå?

Jag vill utveckla sätten att anlägga vallar och bestånd av fånggrödor.

Jag vill hitta den metod för att så in fånggrödan i höstsäd som fungerar allra bäst.

3. När ska målet nås?

Senast 31.12.2026.

4. Vad tänker du göra? (handlingsplan)

Jag tar reda på mer om olika sätt att anlägga vallar och fånggrödor och väljer ut 2-3 alternativa metoder som jag testar på skiften av olika typ.

Jag testar åtminstone direktsådd av fånggröda i höstsäd tidigt på våren.

5. Hur mycket resurser avsätter du för verksamheten?

Planering och praktiskt genomförande: 20 h arbetstid.

Frökostnader: ca 75 €/ha.

Övriga kostnader: 800 €.

Minimera markbearbetningen

Markbearbetningen stör alltid jorden och försvagar det skydd som marken ger mikroberna. Bearbetning av fel slag eller som utförs vid olämplig tidpunkt orsakar markpackning och ökad erosion. Det går inte att ställa upp någon allmän regel för vilken bearbetningsmängd som är lämplig. Bland annat jordarten, ogrässituationen, tjälen och markorganismerna inverkar på hur mycket bearbetning marken kräver. Det är alltså värt att avväga markbearbetningen omsorgsfullt. Man kommer långt till exempel med överväg bearbetning som utförs vid rätt tidpunkt.

Minimerad markbearbetning innebär att man bearbetar bara vid behov och vid rätt tid. Om möjligt begränsas bearbetningen till markens ytskikt och utförs på så sätt att det nya växttäcket kan anläggas en kort tid efteråt.



1 BEDÖM BEARBETNINGENS NULÄGE Hurdant är utgångsläget?

Fundera utgående från hjälpfrågorna på hurdan bearbetningspraxisen på din gård just nu är. Det är bra att bedöma den skifte för skifte.

Här nedan ser du åtta hjälpfrågor för bedömning av utgångsläget.

- Har du en bearbetningsplan?
- Är bearbetningen rutinmässig eller planerar du den utgående från behovet?
- Har du stiftat bekantskap med alternativ och med nya lösningar, till exempel på någon annan gård?
- Utnyttjar du IPM-växtskydd när du bekämpar ogräs?
- När utförs bearbetningarna?
- Har du märkt att bearbetningstidpunkten inverkar på riskerna för markpackning?
- Har du provat på olika bearbetningsdjup?
- Är du på det klara med bearbetningens intensitet i växtföljden (upprepningar, effekt och djup)?

2 STÄLL UPP ETT MÅL Vad vill du uppnå?

Hur börjar du minimera markbearbetningen på åkrarna som du odlar? Är åkrarna i ett sådant skick att bearbetningen kan minskas betydligt, eller gäller det att gå framåt med små steg? Hurdana förändringar i gårdens maskinpark kan en minimerad bearbetning förutsätta? Vad vill du åstadkomma, hur snabbt vill du komma bort från kraftigare markbearbetning? Varför är det till nytta för dig och din gård?

Vad har du för mål? **Vilken slags förändring vill du åstadkomma?** Ju tydligare du kan ange målet, desto bättre. Ett bra mål är ambitiöst och motiverande, men nåbart.

Hur kan du mäta om målet uppnåtts? Mätarna hjälper dig att se om åtgärderna har effekter och är tillräckliga. **Formulera målet i mätbar form.** Om tidsgränsen är längre än ett år/en växtperiod är det bra att säkerställa att målet kan spjälkas upp i etappmål som det är lätt att följa upp.

Målet kan vara till exempel följande:

- Att minska på plöjningen och reducera bearbetningen.
- Att utföra bearbetningen vid en sådan tidpunkt att någon växt alltid sås efteråt.
- Att skaffa en direktsåmaskin och gå över till direktsådd.

Formulera målet så att det är tydligt och mätbart. Exempel: *"Jag minskar på plöjningen och bryter vallen på ett skifte med kultivator under sensommaren".*

3 BESTÄM EN TIDSGRÄNS När ska målet nås?

Bestäm en tidsgräns inom vilken resultatet ska ha nåtts. Avsätt tillräckligt med tid för att det ska vara möjligt att nå målet. **Tänk ut ett tidsspänn som är ambitiöst med tanke på målet men samtidigt möjligt.**

4 PLANERA HUR DU SKA MINIMERA MARKBEARBETNINGEN Vad tänker du göra?

Gör upp en plan med vars hjälp du når ditt mål. Fundera på vad som behövs och är möjligt, när du beaktar de tillgängliga resurserna. Överväg om du behöver hjälp av en utomstående expert eller av en kollega. Var får du enklast och mest kostnadseffektivt tag på den hjälp som du behöver? Vad ska du göra, och i vilken ordning?

Exempel:

- Jag gör upp en ny bearbetningsplan där jag sätter in bearbetningarna tidsmässigt så att risken för markpackning minimeras.
- Jag kartlägger om nya maskinanskaffningar krävs när markbearbetningen minimeras.
- Jag stiftar bekantskap med tekniska lösningar på en kollegas gård.

Allting kommer inte nödvändigtvis att löpa på det sätt som du planerat, och planen kan uppdateras efter hand. Du kan hålla fast vid målet men välja en annan väg som leder dit.

5 GÖR UPP EN BUDGET Hur mycket resurser avsätter du för verksamheten?

När du gör upp en plan är det klokt att fundera på hur mycket **tid, pengar, areal** och andra eventuella resurser du kan avsätta för att nå målet.

6 UPPFÖLJNING Hur framskrider arbetet, ser du resultat?

God planering gör det lättare att lyckas. Trots det når man **resultat bara genom arbete**. Ingen plan klarar av att helt och hållet förutse vare sig trycket från omgivningen eller det egna genomförandet. Därför är det **viktigt att skriva ner vad som har gjorts och hur arbetet framskrider**. Det är lättare att justera åtgärder som man har gjort anteckningar om, och en insiktsfull utfallsanalys kan man grunda bara på anteckningar om vad som har gjorts.

Exempel på uppföljningssätt:

- Skriv ner utmaningar och framgångar som du har mött när du genomfört åtgärderna.
- Ge akt på hur minimering av bearbetningen inverkar på markens odlingsskick, till exempel med hjälp av **Markstrukturkortet**.
- Ge akt på om åtgärderna inverkar på arbetsmängden och bränsleförbrukningen.
- Gör ett masktest och se hur många daggmaskar det finns i en uppgrävd jordkoka. Förändras antalet daggmaskar när bearbetningen reduceras?

Verksamhetssätt som stöder uppföljningen:

- Förvara den aktiva planen, alltså de delområdesvisa arbetsmallarna, på ett enda ställe – till exempel i en mapp i datorn eller utskriven på papper.
- Placera arbetsmallen eller arbetsmallarna på ett synligt ställe.
- Ställ in påminnelser i till exempel telefonen.
- Skriv ner också förseningar och misslyckanden för att du ska lära dig att förbättra planerna. Ingen ambitiös plan lyckas varje gång.
- Gör uppföljningen till en vana så att den inte känns som ett tvång.

7 ANALYS Hurdana resultat uppnådde du, förändrades något?

Här är det viktigt att skriva ner vad som har åstadkommits med de åtgärder som vidtagits. Vilka av resultaten var eftersträfvade, vilka var till nytta av misstag och vilka gäller det att försöka undvika i fortsättningen? När du till de föregående kan lägga insikt om vad framgången eller misslyckandet berodde på har analysen lyckats.

Granska förändringarna i arbetsmängden, bränsleförbrukningen, marken, skörden och ekonomin.

- Minskade bränsleförbrukningen? Hur gick det med arbetsmängden?
- Blev aggregatstrukturen, vattengenomsläppligheten och förmågan att hålla kvar vatten bättre? Hur gick det med åkrarnas bärighet?
- Höll sig skörden på allra minst den tidigare nivån, eller jämnades årsvariationen ut?
- Förändrades åkerns ogräsprofil eller växtskyddsbehov?
- Märktes någon förbättring i näringsämnenas verkningsgrad (exempelvis bättre N-respons)?
- Besparingarna i proportion till merkostnaderna (entreprenad, investeringar) – hur gick det?

En ärlig analys sparar tid och pengar. Om någon metod inte fungerar på ditt skifte så upprepa den inte.



8 TA VARA PÅ LÄRDOMARNA Vad ska göras härnäst?

Här visar det sig om resultatet var värt all möda. Om en åtgärd lyckades, kan du då tillämpa den också på andra skiften? Om en åtgärd inte lyckades, byter du då åtgärd eller försöker du på nytt med en förbättrad plan? Minimering av markbearbetningen är en kontinuerlig process. Det viktigaste är att:

- Du vet vad du har gjort.
- Du vet varför det fungerar eller inte fungerar.
- Du är redo att lägga om kursen.

Skriv ut eller öppna nya arbetsmallar och gör upp planen inför nästa växtperiod utgående från de iakttagelser som du gjorde vid analysen.

Vilket delområde handlar planen om?

Minimering av markbearbetningen

Datum

15.8.2025

1. Hurdant är delområdets nuläge?

Den nuvarande bearbetningen är planmässig, och bearbetningsmetoderna och djupen varierar.

Om växtbestånden inte blir bra stiger ogrästrycket, vilket kräver mer bearbetning.

Lyckade växtbestånd är en förutsättning för minimal bearbetning/nollbearbetning.

Vattenhushållningen och markstrukturen är inte tillräckligt bra till alla delar.

2. Vad vill du uppnå?

Jag vill skapa mig en skiftesvis uppfattning om hindren för nollbearbetning och om sätten att tackla utmaningarna. Jag vill dessutom utarbeta en tidtabell för de närmaste årens förändringsarbeten.

Jag vill bekanta mig med hur andra gårdar har löst bearbetningsfrågan.

3. När ska målet nås?

Planen ska vara färdig senast 30.6.2026.

4. Vad tänker du göra? (handlingsplan)

Jag kartlägger de problematiska ställena på skiftena och skriver ner iakttagelserna om markpackning, problem med vattenhushållningen och andra hinder för reducerad bearbetning.

Jag diskuterar med åtminstone tre längre hunna regenerativa jordbrukare för att få veta mer om deras bearbetningslösningar.

Jag gör upp en plan för hur bearbetningen på min gård ska reduceras 2026–2028.

5. Hur mycket resurser avsätter du för verksamheten?

Planering, iakttagelser och diskussioner: 5 h/månad.

DELOMRÅDE 7

Använd näringsämnen enligt grödans behov och utnyttja i första hand organiska gödningsmedel och biologisk kvävefixering

Användningen av näringsämnen inom regenerativt jordbruk baserar sig på grödans behov och stöder sig på organiska gödningsmedel och biologisk kvävefixering. När du utvecklar det här delområdet tar du jordprov omsorgsfullt och planmässigt så att du delar in åkern i olika zoner. Också precisionsgödsling är ett bra verktyg när det här delområdet utvecklas.



© Henri Uotila

1 BEDÖM ANVÄNDNINGEN AV NÄRINGSÄMNE PÅ DIN GÅRD Hurdant är utgångsläget?

Fundera på dina nuvarande gödslingsvanor. Hurdan är din nuvarande gödslingsplan, och hur pass väl utnyttjar grödorna näringsämnena?

Här nedan ser du sju hjälpfrågor för bedömning av utgångsläget.

- Baserar sig gödslingen på ett uppmätt behov, till exempel analyser av jorden och växterna?
- Tolkar du analysresultaten omsorgsfullt, och gör du upp en plan utgående från dem?
- I vilken mån använder du organiska gödningsmedel? Och hur är det med kemiska gödningsmedel då?
- Om du använder lösliga näringsämnen, motsvarar då mängden som du använder bara grödans omedelbara näringsbehov?
- Gödslar du utgående från ett realistiskt skördemål?
- Har du kartlagt de alternativa näringsämneskällor som är tillgängliga i ditt område? Har du tagit sådana i bruk?
- I vilken utsträckning gödslar du bara för att du är van vid att göra det?

2 STÄLL UPP ETT MÅL Vad vill du uppnå?

Vad har du för mål? **Vilken slags förändring vill du åstadkomma?** Ju tydligare du kan ange målet, desto bättre. Ett bra mål är ambitiöst och motiverande, men nåbart.

Hur kan du mäta om målet uppnåtts? Mätarna hjälper dig att se om åtgärderna har effekter och är tillräckliga. **Formulera målet i mätbar form.** Om tidsgränsen är längre än ett år/en växtperiod är det bra att säkerställa att målet kan spjälkas upp i etappmål som det är lätt att följa upp.

Målet kan vara till exempel följande:

- Att öka användningen av organiska gödningsmedel.
- Att öka användningen av kvävefixerande växter och gröngödslingsvallar.
- Att utnyttja tekniken bättre för att effektivisera användningen av näringsämnen.
- Att situationsanpassat utnyttja delade gödslingsgivor.

Formulera målet så att det är tydligt och mätbart.
Exempel: *”Jag ökar andelen kvävefixerande växter (till exempel klöver) i växtföljden och användningen av organiska gödningsmedel.”*

3 BESTÄM EN TIDSGRÄNS När ska målet nås?

Bestäm en tidsgräns inom vilken du försöker nå ditt mål. Tänk ut en tidsgräns som är **realistisk men tillräckligt ambitiös** i förhållande till ditt mål. **Ställ vid behov upp etappmål.**

4 GÖR UPP EN PLAN FÖR ANVÄNDNING AV NÄRINGSÄMNET ENLIGT GRÖDANS BEHOV Vad tänker du göra?

Gör upp en plan med vars hjälp du når ditt mål. Fundera på vad som behövs och är möjligt, när du beaktar de tillgängliga resurserna. Överväg om du behöver hjälp av en utomstående expert eller av en kollega. Var får du enklast och mest kostnadseffektivt tag på den hjälp som du behöver? Vad ska du göra, och i vilken ordning?

Exempel:

- Jag tar reda på vilka organiska gödselmedel som står att få i närområdet.
- Jag undersöker möjligheten att skaffa precisionssodlingsutrustning och tar reda på om investeringsstöd kan fås för ändamålet.
- Jag planerar växtföljden så att gröngödslingsvallar ingår i den.
- Jag ökar användningen av fånggrödor för att minimera risken för utlakning av näringsämnen.

Allting kommer inte nödvändigtvis att löpa på det sätt som du planerat, och planen kan uppdateras efter hand. Du kan hålla fast vid målet men välja en annan väg som leder dit.

5 GÖR UPP EN BUDGET Hur mycket resurser avsätter du för verksamheten?

När du gör upp en plan är det klokt att fundera på hur mycket **tid, pengar, areal** och andra eventuella resurser du kan avsätta för att nå målet.

6 UPPFÖLJNING Hur framskrider arbetet, ser du resultat?

God planering gör det lättare att lyckas. Trots det når man resultat **bara genom arbete**. Ingen plan klarar av att helt och hållet förutse vare sig trycket från omgivningen eller det egna genomförandet. Därför är det **viktigt att skriva ner vad som har gjorts och hur arbetet framskrider**. Det är lättare att justera åtgärder som man har gjort anteckningar om, och en insiktsfull utfallsanalys kan man grunda bara på anteckningar om vad som har gjorts. Var uppmärksam på hur dina åtgärder utfaller i förhållande till de uppställda målen:

- Har markens mullhalt blivit bättre efter att du ökat användningen av organiska gödningsmedel?
- Lägg märke till vilket slag av grüngödslingsvall som lämpar sig för gårdens skiften och vilka nyttorna av olika vallblandningar är i förhållande till gårdens mål.

Verksamhetssätt som stöder uppföljningen:

- Förvara den aktiva planen, alltså de delområdesvisa arbetsmallarna, på ett enda ställe – till exempel i en mapp i datorn eller utskriven på papper.
- Placera arbetsmallen eller arbetsmallarna på ett synligt ställe.
- Ställ in påminnelser i till exempel telefonen.
- Skriv ner också förseningar och misslyckanden för att du ska lära dig att förbättra planerna. Ingen ambitiös plan lyckas varje gång.
- Gör uppföljningen till en vana så att den inte känns som ett tvång.

En stor del av de nyttor som *Uudistaja* för med sig beror på att planeringen, genomförandet av praktiska åtgärder och utvärderingen av det utförda arbetet görs systematiskt.

7 ANALYS Hurdana resultat uppnådde du, förändrades något?

Gör inte enbart upp en lista över åtgärderna som du vidtog – **fundera på vad de ledde till**.

- Förändrades mullhalten på skiftet?
- Inverkade ökningen av organiska gödningsmedel på arbetsmängden?
- Har gödslingskostnaderna gått ner?
- Har skördesäkerheten blivit bättre?
- Vad fungerade inte? Hur ska du undvika samma misstag i fortsättningen??

Att analysera resultaten är viktigt när man bedriver utvecklingsarbete. Det gör inget om något gick åt pipan. Det gäller bara att försöka upptäcka saken i tid och lägga om kursen.

8 TA VARA PÅ LÄRDOMARNA Mitä tehdään seuraavaksi?

Här visar det sig om resultatet var värt all möda.

Om en åtgärd lyckades, kan du då tillämpa den också på andra skiften? Om en åtgärd inte lyckades, byter du då åtgärd eller försöker du på nytt med en förbättrad plan?

Att förändra användningen av näringsämnen är en kontinuerlig process. Det viktigaste är att:

- Du vet vad du har gjort.
- Du vet varför det fungerar eller inte fungerar.
- Du är redo att lägga om kursen.

Skriv ut eller öppna nya arbetsmallar och gör upp planen inför nästa växtperiod utgående från de iakttagelser som du gjorde vid analysen.



© Henri Uotila

Vilket delområde handlar planen om?

Användning av näringsämnen

Datum

15.8.2025

1. Hurdant är delområdets nuläge?

Fastgödsel från får används på en del av arealen, i övrigt används mineralgödsel.

Andelen mineralgödsel som används på vallarna är onödigt stor.

2. Vad vill du uppnå?

Jag vill spara in på gödslingskostnaderna genom att förbättra utnyttjandet av fårgödsel och öka användningen av kvävefixerande växter och organiska gödningsmedel. Samtidigt vill jag förbättra markens mullhalt.

3. När ska målet nås?

Senast 31.12.2028

4. Vad tänker du göra? (handlingsplan)

Jag minskar mineralgödslingen av vallar genom att lägga till kvävefixerande växter i blandningarna. Jag effektiviserar näringsämnenas kretslopp på gården.

Jag tar reda på vilka återvunna gödningsmedel som är tillgängliga och kan tas i bruk.

Jag prövar på att utnyttja en entreprenörs utrustning för precisionsspridning av stallgödsel.

5. Hur mycket resurser avsätter du för verksamheten?

Tidsåtgång: ca 10 h (utredning av gödslingsalternativ med mera). Tidsåtgångs- och kostnadsplanen preciseras när jag vet vilka gödningsmedel som ska användas i fortsättningen och med vilken utrustning de ska spridas. Vallfrökostnaderna stiger med ca 40 €/ha.

DELOMRÅDE 8

Minimera användningen av växtskyddsmedel

Användningen av växtskyddsmedel minimeras inom regenerativt jordbruk. I första hand strävar man efter att använda mekaniska och biologiska metoder för att hålla ogräsen i schack. Bekämpningsmedel mot skadeinsekter och växtsjukdomar används bara i överensstämmelse med ett konstaterat behov.



© Henri Uotila

1 BEDÖM VÄXTSKYDDSÅTGÄRDERNAS NULÄGE

Hurdant är utgångsläget?

Börja med att utvärdera gårdens nuvarande växtskyddsåtgärder. Är växtskyddet optimerat? Grundar det sig på kemiska, biologiska eller mekaniska metoder? Här nedan ser du sju hjälpfrågor för bedömning av utgångsläget?

Här nedan ser du sju hjälpfrågor för bedömning av utgångsläget.

- Känner du till de lagstadgade skyldigheterna och principerna för integrerat växtskydd (IPM)?
- Vilka metoder använder du för att få en bra skörd av god kvalitet?
- Vill du minska användningen av växtskyddsmedel? Vilka metoder tillämpar du?
- Identifierar du i dina egna odlingssätt åtgärder som stöder en minimerad användning av växtskyddsmedel? Hur är det med åtgärder som begränsar en minimerad användning?
- Stöder växtföljden dig i växtskyddet? Vilka andra åtgärder ger stöd, vilka har en negativ inverkan?
- Vilka biologiska metoder har du använt för att bekämpa ogräs och skadeinsekter?
- Vilka mekaniska metoder använder du för att hålla ogräsen i schack??

2 STÄLL UPP ETT MÅL Vad vill du uppnå?

Vad har du för mål? **Vilken slags förändring vill du åstadkomma?** Ju tydligare du kan ange målet, desto bättre. Ett bra mål är ambitiöst och motiverande, men nåbart.

Hur kan du mäta om målet uppnåtts? Mätarna hjälper dig att se om åtgärderna har effekter och är tillräckliga. **Formulera målet i mätbar form.** Om tidsgränsen är längre än ett år/en växtperiod är det bra att säkerställa att målet kan spjälkas upp i etappmål som det är lätt att följa upp.

Målet kan vara till exempel följande:

- Att diversifiera växtföljden för att minska sjukdomstrycket.
- Att försöka minska växtskyddskostnaderna.
- Att försöka använda biologiska och kemiska bekämpningsmetoder i stället för kemiska.

Formulera målet så att det är tydligt och mätbart. Exempel: *"Jag tar in nya grödor i växtföljden för att inte så en och samma växt på ett och samma skifte två eller flera år i rad och för att minska risken för växtsjukdomar."*

3 BESTÄM EN TIDSGRÄNS När ska målet nås?

Bestäm en tidsgräns inom vilken du försöker nå ditt mål. Gör upp en **två till tre år lång vägkarta** och dela in den i **etappmål**.

4 GÖR UPP EN PLAN FÖR UTVECKLING AV VÄXTSKYDDET Vad tänker du göra?

Gör upp en plan med vars hjälp du når ditt mål. Fundera på vad som behövs och är möjligt, när du beaktar de tillgängliga resurserna. Överväg om du behöver hjälp av en utomstående expert eller av en kollega. Var får du enklast och mest kostnadseffektivt tag på den hjälp som du behöver? Vad ska du göra, och i vilken ordning?

Exempel:

- Jag besöker en kollegas gård för att bekanta mig med minimerad användning av bekämpningsmedel.
- Jag prövar på mekanisk eller biologisk bekämpning på en liten areal och ger akt på effekterna.
- Jag planerar noggrant tidpunkten för mekanisk bekämpning.
- Jag planerar en mångsidig växtföljd tillsammans med en rådgivare..

Allting kommer inte nödvändigtvis att löpa på det sätt som du planerat, och planen kan uppdateras efter hand. Du kan hålla fast vid målet men välja en annan väg som leder dit.

5 GÖR UPP EN BUDGET Hur mycket resurser avsätter du för verksamheten?

När du gör upp en plan är det klokt att fundera på hur mycket **tid, pengar, areal** och andra eventuella resurser du kan avsätta för att nå målet. Lägg märke till att de största effekterna ofta är besparingar.

6 UPPFÖLJNING Hur framskrider arbetet, ser du resultat?

God planering gör det lättare att lyckas. Trots det når man **resultat bara genom arbete**. Ingen plan klarar av att helt och hållet förutse vare sig trycket från omgivningen eller det egna genomförandet. Därför är det **viktigt att skriva ner vad som har gjorts och hur arbetet framskrider**. Det är lättare att justera åtgärder som man har gjort anteckningar om, och en insiktsfull utfallsanalys kan man grunda bara på anteckningar om vad som har gjorts.

Exempel på uppföljningssätt:

- Skriv ner utmaningar och framgångar som du har mött när du genomfört åtgärderna.
- Observera förekomsten av växtsjukdomar.
- Ge akt på ogräsen – förändras antalet eller artsammansättningen?
- Följ åtgärdernas inverkan på arbetsmängden och på anskaffningarna av externa köpta insatser.

Verksamhetssätt som stöder uppföljningen:

- Förvara den aktiva planen, alltså de delområdesvisa arbetsmallarna, på ett enda ställe – till exempel i en mapp i datorn eller utskriven på papper.
- Placera arbetsmallen eller arbetsmallarna på ett synligt ställe.
- Ställ in påminnelser i till exempel telefonen.
- Skriv ner också förseningar och misslyckanden för att du ska lära dig att förbättra planerna. Ingen ambitiös plan lyckas varje gång.
- Gör uppföljningen till en vana så att den inte känns som ett tvång.

7 ANALYS Hurdana resultat uppnådde du, förändrades något?

Vilka följder hade den minskade användningen av växtskyddsmedel? Framträdde nya problem som kräver nya lösningar? Förändrades situationen beträffande pollinatörer? Har åtgärderna varit till nytta på riktigt, eller skulle fler åtgärder ha behövts? Försök förstå var förändringen märks i ett längre perspektiv.

Gör inte enbart upp en lista över åtgärderna som du vidtog – **fundera på vad de ledde till**.

- Har du klarat av att minska användningen av växtskyddsmedel?
- Förändrades skördemängden eller skördekvaliteten?
- Sparade du pengar?
- Vad förändrades i jordbruksmiljön?
- Vad fungerade inte? Hur ska du undvika samma misstag i fortsättningen?

Att analysera resultaten är viktigt när man bedriver utvecklingsarbete. Det gör inget om något gick åt pipan. Det gäller bara att försöka upptäcka saken i tid och lägga om kursen.

8 TA VARA PÅ LÄRDOMARNA Vad ska göras härnäst?

Nu är åtgärderna vidtagna och effekterna utvärderade. Det är bra att konstatera om det långsiktiga målet redan har nåtts, alltså om det är läge att gå över till att upprätthålla den nuvarande nivån eller om förändringsarbetet ska fortsättas. Fundera utgående från analysen på fortsättningen åtgärd för åtgärd.

Om en åtgärd:

- **Lyckades:**
ta då i bruk de fungerande metoderna på fler skiften; etablera övervaknings- och bekämpningsrutiner.
- **Misslyckades:**
ändra då på växtföljden, såningstidpunkten, tidpunkten för mekanisk behandling; pröva på nytt på en liten areal.

När det här är gjort är det dags att skriva ut eller öppna nya arbetsmallar och börja planera inför nästa växtperiod.

Vilket delområde handlar planen om?

Minimerad användning av växtskyddsmedel

Datum

15.8.2025

1. Hurdant är delområdets nuläge?

Ogräs besprutas i all spannmål, och i vanliga fall görs en sjukdomsbesprutning. Tillväxtregulator används sällan. Spannmålsutsädet betas.

Glyfosat används efter behov för kvickrotsbekämpning.

Till växtskyddsmedlen åtgår varje år ca 6000 € + traktorarbete.

2. Vad vill du uppnå?

Jag vill sänka växtskyddskostnaderna med minst 30 %, och med mer när växtföljden blivit mångsidigare.

Jag vill också testa vilken inverkan en minskad användning av växtskyddsmedel har på skördens kvalitet och mängd. Jag vill hitta alternativ till användning av glyfosat.

3. När ska målet nås?

30 % minskning av kostnaderna senast 31.12.2027

4. Vad tänker du göra? (handlingsplan)

Vintern 2025–2026 intervjuar jag regenerativa jordbrukare på nära håll, frågar vilka lösningar som fungerar för dem och preciserar sedan min plan utifrån svaren.

Växtperioden 2026 testar jag att använda obetat utsäde på 50 % av havrearealen.

Jag börjar med bekämpningströsklar för bladfläcksjukdomar och besprutar bara när de överskrids. Om jag sprutar lämnar jag en obehandlad ruta för att kunna bedöma nyttan av sjukdomsbekämpning.

Samtidigt, år 2026, sätter jag i gång med att diversifiera växtföljden för att kunna utvidga mina försök att minimera sjukdomsbekämpningen i stråsäd.

5. Hur mycket resurser avsätter du för verksamheten?

Intervjuer med andra jordbrukare: 5 h.

lakttagelser: 2 h per vecka under växtperioden, planering: 10 h per år.

Merkostnader borde det inte bli, i stället förväntar jag mig insparad arbetstid och lägre kostnader för inköp



Uudistaja

– Ett verktyg för utveckling av gården

Anvisningar för utveckling av de olika delområdena

Ytterligare information

bsag.fi

Uudistaja – ett verktyg för utveckling av gården

© 2025, Baltic Sea Action Group (BSAG)

publicerat under en CC BY 4.0-licens.

Se licensen på

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>