



Klimavenlig højtid hos Helle og Steffen:

Det vigtigste er, at vi er sammen

Hos Helle og Steffen er andestegen skiftet ud med en kødfri julemenu. De giver også færre og mere bæredygtige gaver – og så har Steffen opfundet et juletræ, der kan holde i mange år. Trods de nye valg er hyggen og nærværet det samme som altid.

◀ **Julen er fyldt med hygge, varme og nærvær hos Helle Renbo Olsen og Steffen Steffensen. Juletræet er Steffens oprindelse og stammen kan genbruges år efter år. De 300 kroner, som de før betalte for et juletræ, giver de til julehjælp i stedet.**

De flettede rød-hvide hjerter med hank bliver forsigtigt taget ud af kassen og hængt på juletræet. Det samme gælder de blanke kugler og de hjemmesyede stoffolsjer med hank. Helle Renbo Olsen og Steffen Steffensen er i fuld gang med juletræspyntningen, som de begge hygger sig med.

– Det bliver da så fint, konstaterer Helle tilfreds og stiller sig lidt på afstand for at betragte værket, som får julestemningen godt på vej i deres hjem i Kolding. Steffen hænger endnu en julekugle på og konstaterer med et skævt smil, at han altså lige skulle vænne sig til træet.

– Jeg har selv lavet det, og det ligner selvfølgelig ikke helt et rigtigt træ, men når pynten kommer på, bliver det faktisk godt, siger han og forklarer, hvordan han har tømret fem brædder sammen som stamme og boret huller, hvori han og Helle putter friske grangrene. Træet er nu kommet frem for syvende år i træk, og Helle husker tydeligt følelsen, da hun satte det ind stuen første gang.

– For mig var det en lettelse og glæde. Jeg havde det ikke godt med at save et træ over og smide det ud en uge senere, forklarer Helle, som til daglig arbejder som sygeplejerske i Aabenraa.

Hun og Steffen blev sporet ind på en mere bæredygtig livsstil, da Helles yngste søn proklamerede, at han nu ville leve som veganer. Det betød for ham et farvel til kød- og mælkeprodukter og et goddag til en plantebaseret kost. En besked, som Helle og Steffen lige skulle fordøje. Men hurtigt valgte de at gå nysgerrigt ind i den nye verden, og kød, mælk og æg blev snart fortid i deres hjem.

– Vi har fundet ud af, hvad plantebaseret kost betyder for vores velvære. Vi kan spise os stopmætte uden at blive tunge og trætte. Og samtidig hjælper vi klimaet, fordi



◀ På de lange morgener i juleferien kan Helle og Steffen lide at hygge med en lækker morgenmad. Her har de lavet "bagte bær", som er lavet af bær, havregrød og nødder og julekrydderier og bagt i ovnen.

grøntsager ikke udleder så meget CO2 som kød i produktionen, fortæller Steffen, der arbejder som it-konsulent til daglig.

Gaver pakket ind i gamle skjorter

Da julen nærmede sig det første år uden kød, besluttede Helle og Steffen, at julemidagen skulle være i tråd med den nye livsstil. De har begge elsket andesteg, men i stedet så de nu på grønne alternativer. Valget faldt på en indbagt linssteg med svampe og hasselnødder, to salater og dertil kartofler og sovs lavet af sojafløde.

– Alle ved bordet syntes, det smagte fantastisk. Også vores farmor, der nu er blevet 91 år. Vi har ikke savnet kød på noget tidspunkt, fordi vi laver mad, som har masser af smag og bid. Til dessert juleaften får vi en tiramisu med en creme af cashewnødder. Der er ikke nogen mandel i, så bagefter spiller vi om mandelgaven, fortæller Helle.

På en lille bænk i Helle og Steffens køkken ligger fem gaver, som skal under træet juleaften. De er alle pakket fint ind – men ikke i det traditionelle glittede gavepapir, som parret for længst er holdt op med at bruge. I stedet er "indpakningspapiret" skjorter fra genbrug, stofrester og pake-embalage.

– Jeg fik en kasse med posten forleden og tænkte, at den måtte kunne genbruges. Så jeg skilte den ad og vendte indersiden ud. Jeg synes, den blev rigtig fin, siger Steffen og

▼ Julegaverne er fint pakket ind i bæredygtige materialer som skjorter fra genbrug eller kasser, som Helle og Steffen har modtaget pakker i. Til-og-fra-kortet er klippet ud af noget bølgepap.



peger på en gave med et rødt bånd omkring. Mængden af gaver er også blevet beskåret de senere år – og ofte er indholdet oplevelser, noget spiseligt eller tøj fra genbrug.

HELLE

– Man tager en chance, når man køber en trøje i genbrug, for måske passer den ikke modtageren. Det har jeg prøvet et par gange, men så ryger den retur og kan blive solgt igen. Og de penge, jeg oprindeligt gav for skjorten, er gået til et godt formål. Den tanke kan jeg godt lide, siger Helle.

Kernen er den samme

Julefrokoster hos Helle og Steffen er naturligvis heller ikke af den traditionelle slags. Hvis de er inviteret ud og ved, at der er meget kød på bordet,



▲ Den lille dekoration er en værtindegave, Helle fik til en julefrokost med naboerne. Den er lavet af materialer, som naboen havde liggende i sit hus, og som nu fik nyt liv. Helt i Helles og Steffens ånd.



◀ Et år fik familiens farmor, Sofie Lund, et tørklæde, som Helle havde fundet i genbrug. Hun blev meget glad for gaven.

medbringer de selv mad. Og det kigger værterne ikke skævt til. Og når de selv holder julefrokost, laver de en masse forskellige grønne og smagfulde retter i stedet for sild, fiskefilet og ribbenssteg.

– I eftermiddag kommer der et par til julefrokost hos os. De er begge i slutningen er 80'erne og har taget meget åbent imod vores mad. Det er herligt at opleve, hvordan de nyder maden, siger Steffen. Han er far til to voksne døtre, som i øvrigt også lever meget klimabevidst. Hele familien samles som regel fjerde juledag, og så bliver der byttet julegaver med et genanvendeligt indhold.

Og lige præcis det at samles og nyde hinandens selskab er,

som det altid har været. Eller måske er det i virkeligheden mere intenst, fordi det ikke

handler om forbrug og gaver i bunkevis.

– Kernen i vores jul har ikke ændret sig. Vi mødes med familien og har nogle dejlige nærværende timer sammen. Det giver en ro, og det gør, at vi glæder os meget til jul, siger Helle til Steffen, der nikker enigt og sætter et flettet hjerte mere på juletræet. ♦



Af Marlene Grøftehaug
mail@marleneg.dk
Foto: Heidi Lundsgaard, privat