

**»56. srečanje mladih raziskovalcev Slovenije 2022«**

**Ozaveščenost mladih o različnih vplivih mesa in njegov  
pomen v vsakdanjem življenju mladostnikov**

Filozofija ali sociologija

SOCIOLOGIJA

**Raziskovalna naloga**

Šola: II. gimnazija Maribor

Avtorici: Ela Žagar in Ela Falež

Mentorica: Barbara Bedenik

**Maribor, 2022**

# POVZETEK

V raziskovalni nalogi z naslovom *Ozaveščenost mladih o različnih vplivih mesa in njegov pomen v vsakdanjem življenju mladostnikov* smo želeli raziskati stereotipe, ki se nanašajo na vegetarijance, pesketarijance in vegane. Raziskovali smo najpogostejše vzroke za izbiro ene izmed naštetih prehran in njihovo pogostost med dijaki. Želeli smo prikazati celoten vpliv prehranjevanja z mesom na okolje, finance in posameznikove vrednote. Prehranjevanje z mesom smo tudi opredelili kot enega izmed vzrokov za najresnejše svetovne težave. Ker pa smo želeli preučiti ozaveščenost o prehranjevanju z mesom na bolj praktičen način, smo analizirali tudi izbiro vegetarijanskih in veganskih menijev ter menije 23 ekskluzivnih slovenskih restavracij. Med drugim smo se osredotočili tudi na korelacijo izbire prehrane in uporabo psov povezanih z živalmi. Ugotovili smo, da so mladi bolj ozaveščeni o problematiki prehranjevanja z mesom in uporabljajo najpogostejše stereotipe redkeje, kot smo pričakovali.

# Kazalo vsebine

Zahvala.....	5
Uvod.....	1
Hipoteze .....	2
1 Metodologija dela.....	5
1.1. Analiza šolskih malic .....	5
1.2. Analiza menijev v restavracijah po Sloveniji .....	5
1.3. Anketiranje.....	7
2 Teoretični del .....	11
2.1. Specizem .....	11
2.1.1. Karnizem .....	12
2.2. Vpliv uživanja mesa na okolje .....	13
2.2.1. Vpliv na vodne vire .....	13
2.2.2. Vpliv na toplogredne pline .....	15
2.2.3. Vpliv na krčenje gozdov .....	16
2.2.4. Primerjava vpliva na okolje mesnih diet z brezmesnimi.....	17
2.3. Vplivi uživanja mesa na zdravje .....	19
2.3.1. Vpliv na posameznikovo zdravje .....	19
2.3.2. Vpliv na zdravje svetovne populacije .....	21
2.4. Vrste mesa .....	21
2.5. Poraba mesa v Sloveniji na leto .....	22
2.6. Prehranska samooskrba .....	23
2.6.1. Samooskrba z mesom v Sloveniji .....	23
2.6.2. Stopnja samooskrbe z drugimi živalskimi produkti .....	24
2.7. Razvoj vegetarijanstva in veganstva .....	24
2.8. Stereotipi, socialna identiteta in tradicije .....	27
2.9. Vegetarijanka, Kang H. ....	29
2.10. Razlogi in vzroki za izključitev mesa iz prehrane.....	30
2.10.1. Skrb za dobrobit živali in etičen pogled .....	31
2.10.2. Skrb za okolje .....	32
2.10.3. Zdravje.....	32
2.10.4. Želja po izgubi telesne mase .....	33
2.10.5. Finančna primerjava .....	33
2.10.6. Razlogi, povezani z veroizpovedjo .....	34
2.11. Psovke in kletvice.....	35
3 Restavracije .....	35
3.1. Manj sprejemljive vrste mesa.....	35
3.2. Vegetarijanska in veganska ponudba v ekskluzivnih restavracijah.....	36

4 Vprašalnik .....	37
4.1. Je kdo, ki ga poznaš, pesketarijanec, vegetarijanec ali vegan? .....	37
4.2. Kakšno je tvoje mnenje o vegetarijanstvu, veganstvu ali pesketarijanstvu? Se ti zdi primeren način prehranjevanja? .....	38
4.3. Kot kaj se opredeljuješ: vsejed, pesketarijanec, vegetarijanec ali vegan? .....	39
4.4. Ješ izdelke živalskega izvora? .....	42
4.5. Kako pogosto uporabljaš naslednje psovke? .....	42
4.6. Kako močno se strinjaš z naslednjimi trditvami? .....	45
5 Naročanje malice na naši šoli .....	47
6 Razprava .....	49
6.2. Primerjava z že obstoječimi viri .....	52
7 Zaključek .....	54
Družbena odgovornost .....	58
Priloge .....	63

## Zahvala

Zahvaljujema se mentorici za veliko podpore in izjemno vodstvo. Zahvaljujema se tudi svojim staršem, ki so naju med pisanjem naloge ves čas podpirali in vsem dijakom, ki so rešili najino anketo. Prav tako se zahvaljujema organizatoriki šolske prehrane za zagotovljene podatke.

# Uvod

V raziskovalni nalogi z naslovom *Ozaveščenost mladih o različnih vplivih mesa in njegov pomen v vsakdanjem življenjem mladostnikov* smo želeli raziskati prevladujoče vzroke za vegetarijanstvo med dijaki mariborske gimnazije. Želeli smo preveriti kako dobro so dijaki ozaveščeni o vse večji problematiki uživanja mesa. Težava, ki v današnjem svetu odpira nešteto pogovorov in še več argumentov, še zdaleč ni črno-bela. Zdi se nam pomembno, da preverjamo ozaveščenost o problematiki med mladimi, saj prav oni predstavljajo prihodnost naše družbe in planeta. Naši cilji so prikazati problematiko z obeh strani, saj v medijih in na družbenih omrežjih prepogosto zasledimo subjektivne, slabo argumentirane vire. Kot vegetarijancem in pesketarijancem nam je pomembno, da na tiste, ki ne jedo mesa in/ali izdelkov živalskega izvora, ne gledamo kot na etično inferiorne. Prepogostaje sodba ljudi po tem vidiku in poudariti si želimo, da ni nujno prave odločitve. Tu gre predvsem za okoljski vpliv in finančni vpliv, ki sta veliko manj enolična, kot je pogosto prikazano. Hkrati pa želimo razbiti tudi obstoječe stereotype o ljudeh, ki iz svoje prehrane izključujejo meso in/ali izdelke živalskega izvora. Pojav pesketarijanstva, vegetarijanstva in veganstva je v današnji družbi vedno bolj prisoten in pomembno je, da smo o temi vsi vsaj malo izobraženi, da ne širimolažnih teorij in predsodkov. Tega se je pomembno zavedati na obeh straneh.

# Hipoteze

**H<sub>1</sub>:** *Predvidevamo, da so dijaki mnenja, da je prehranjevanje s hrano, ki izključuje meso in/ali izdelke živalskega izvora, dražje.*

Primerjava stroškov alternativnih diet s sedanjimi dietami v državah z višjimi srednjimi dohodki je pokazala, da so stroški zdrave in trajnostne diete (vegetarijanske, veganske diete, ki temelji na nepredelani hrani) v povprečju 18-29% dražji v državah z nižjimi srednjimi prihodki. (Springmann idr., 2021, 797).

Čeprav so stroški alternativnih diet nižji v državah z višjimi srednjimi dohodki, menimo, da so dijaki mnenja, da je prehranjevanje z le-temi dietami iz različnih razlogov dražje.

**H<sub>2</sub>:** *Predvidevamo, da so dijaki mnenja, da je prehranjevanje s hrano, ki izključuje meso in/ali izdelke živalskega izvora, slabše za posameznikovo zdravje.*

V številnih raziskavah je meso znano kot dober vir ključnih hranil. Tudi Godfray v svojem članku opozarja, da je meso dober vir energije in številnih bistvenih hranil, vključno z beljakovinami in mikrohranilikot so železo, cink in vitamin B12 (Godfray idr., 2018,3-4).

**H<sub>3</sub>:** *Predvidevamo, da so dijaki mnenja, da je prehranjevanje s hrano, ki izključuje meso in/ali izdelke živalskega izvora, bolj ekološko.*

Pri tretji hipotezi sva predpostavili, da se dijaki zavedajo negativnega vpliva uživanja mesa na okolje in menijo, da so alternativne prehrane za vzpostavitev trajnostnega načina obdelovanja in odnosa do okolja. Največji vpliv na okolje ima uživanje mesa ravno pri izpustih toplogrednih plinov, krčenja gozdov in porabe pitne vode.

Predvidevamo, da so dijaki ozaveščeni o problematiki vpliva živinoreje na okolje. V primerjavi z rastlinsko prehrano so raziskave dokazale, da proizvodnja mesa na enoto energije v primerjavi z rastlinsko prehrano proizvede več toplogrednih plinov. Najbolj škodljivi toplogredni plini so ogljikov dioksid, metan in dušik (Godfray in drugi, 2018, 4-5).

Zaradi vse večjega povpraševanja po mesu vse več govedorejcev odloča za uvoz krme za hranjenje goveda iz drugih držav, te države so večinoma države, ki za širjenje polj zažigajo in sekajo gozdove (Food and Agriculture Organisation, 2010, 1-2).

Kar 46% vodnega odtisa<sup>1</sup> v Evropi naredi proizvodnja živalskih produktov (vključno z

---

<sup>1</sup> vodni odtis- kazalnik posredne in neposredne porabe vode s strani potrošnika ali proizvajalca, opredeljen kot skupna količina sladke vode, ki se uporablja za proizvodnjo blaga in storitev, ki jih porabi posameznik ali skupnost (Segen's Medical Dictionary, 2011)

mlečno industrijo) (Vanham, Mekonnen, Hoekstra, 2013,7).

**H4:** *Predvidevamo, da so dijaki mnenja, da je prehranjevanje s hrano, ki izključuje meso in/ali izdelke živalskega izvora, moralno boljša odločitev.*

Za mnoge je prav moralni vidik uživanja mesa ključen pri izbiri alternativne prehrane, ki meso izključuje. Predpostavljamo, da se dijaki zavedajo tudi etičnega ozadja pri izbiri alternativnih prehran.

Etični oz. moralni vidik izključevanja mesa iz prehrane posameznika poudarja, da smo ljudje odgovorni za blagostanje vseh živih bitij, med drugim tudi živali. Z nasprotovanjem mučenju in ubijanju živali, ljudje poudarimo zavedanje njihovega sobivanja z nami in človekove odgovornosti za njih. (Habjan, 2004, 26).

**H5:** *Predvidevamo, da imajo dijaki stereotipe, da je prehranjevanje s hrano, ki izključuje meso in/ali izdelke živalskega izvora, pusto, dolgočasno in uničuje tradicije.*

Vegetarijanci, vegani in pesketarijanci se v družbi mnogokrat počutijo zapostavljene, o njihovi prehrani krožijo lažne teorije, velikokrat se počutijo nesprejete. Predpostavili smo, da se tudi dijaki poslužujejo stereotipov povezanih z alternativnimi prehranami.

Prisotno je prepričanje, da imajo vegani manj pestro prehrano, medtem ko večina veganov je bolj zdravo in raznoliko hrano (Nemec, 2017, 69). Predvidevamo, da ti stereotipi nastopajo tudi pri respondentih.

Marsikateremu posamezniku se zato zdi, da ljudje, ki se ne poslužujejo tradicionalne prehrane, ne krepijo slovenske narodne identitete, saj tradicije (vezane na kulinariko) postopoma opuščajo (Mastnak, 2012, 29).

**H6:** *Predvidevamo, da dijaki, ki se identificirajo kot vegetarijanci, vegani ali pesketarijanci, redkeje uporabljajo psovke, ki vključujejo imena živali, kot tisti, ki jedo tudi meso in druge izdelke živalskega izvora.*

Poimenovanja za marsikatero žival lahko nastopijo tudi kot psovke. Ko izberemo izraz za žival, da bomo z njim užalili ali prizadeli nekoga, želimo to osebo identificirati z izbrano živaljo in ji pripisati lastnosti te živali (Ljung 2006, 76). Vegetarijanci, vegani in pesketarijanci ne poudarjajo navidezno negativnih lastnosti živali in zato psovke uporabljajo redkeje.



**H7:** *Predvidevamo, da sta prevladujoča razloga za vegetarijansko, vegansko ali pesketarijansko dieto med dijaki skrb za dobrobit živali ter skrb za naravo in okolje.*

V sami zgodovini vegetarijanstva sta se ta dva razloga ohranila tudi do danes, zato predvidevamo, da se tudi vegetarijanci, vegani in pesketarijanci med respondenti poslužujejo teh prehran iz navedenih razlogov.

Skrb za okolje ostaja eden izmed glavnih razlogov, zaradi katerih se ljudje poslužujejo vegetarijanske, pesketarijanske ali veganske diete - zaradi veliko odpadnih snovi in onesnaževanja okolja ter velike porabe vode, gozda in prostora. (Habjan, 2004, 28-30).

Z nasprotovanjem mučenju in ubijanju živali, ljudje poudarimo zavedanje njihovega sobivanja z nami in človekovo odgovornost za njih. (Habjan, 2004, 26).

**H8:** *Dijaki mariborske gimnazije se poslužujejo vegetarijanstva oz. veganstva v manjšini.*

Predvidevamo, da je manjšina dijakov vegetarijancev ali veganov, saj se večina še vedno poslužuje "tradicionalne" prehrane z izdelki živalskega izvora.

Čeprav je najočitnejši prehranski vidik, pa vegansko gibanje odpira moralne, ideološke in etične dileme, ki jih sprožajo kruti posnetki mesne industrije. V Sloveniji naj bi bilo veganov že okoli pet odstotkov (RTV, 2020).

V Veliki Britaniji je leta 2016 20% mlajših od 35 let reklo, da so že kdaj poskusili vzdržati vegansko dieto (The Guardian, 2018).

# 1 Metodologija dela

Raziskovalna naloga z naslovom *Ozaveščenost mladih o različnih vplivih mesa in njegov pomen v vsakdanjem življenju mladostnikov* je sestavljena iz teoretičnega in empiričnega dela. Ob pisanju teoretičnega dela smo preučevali predvsem razvoj vegetarijanstva, veganstva in pesketarijanstva, opredelili karnizem in specizem, spoznavali najpogostejše stereotipe, ki se dotikajo vegetarijancev in veganov, raziskovali vplive uživanja mesa na okolje, zdravje in finance ter primerjali alternativne prehrane z prehrano, ki vključuje meso. Za empirični del smo uporabili tri metode. Najprej smo analizirali šolske malice, nato smo analizirali menije restavracij in uporabili metodo spraševanja s pomočjo anketnega vprašalnika.

## 1.1. Analiza šolskih malic

Poleg metode spraševanja smo uporabili tudi analizo podatkov. Respondentom v anketnem vprašalniku je vsak dan od ponedeljka do petka na mariborski gimnaziji ponujenih 5-6 menijev šolske malice. Dva od teh sta vegetarijanska in/ali veganska in vsaj eden od njiju je topel. To sta menija številka 2 in meni številka 4. Organizatorka šolske prehrane nam je na našo prošnjo posredovala podatke o številu vseh malic in o številu dijakov, ki so imeli meni številka 2 ali meni številka 4. Podatke smo zbrali od začetka septembra do konca decembra 2021. S tem smo preverili kolikšen delež dijakov, ki je v okolju respondentov anketnega vprašalnika uživa vegansko ali vegetarijansko prehrano v šoli.

## 1.2. Analiza menijev v restavracijah po Sloveniji

Analizirali smo menije 23 najboljših slovenskih restavracij in raziskali, če imajo vegetarijanske ali veganske menije, saj smo želeli preveriti ozaveščenost o teh dveh prehranah tudi v praksi po Sloveniji. Naredili smo izbor 23 restavracij glede na to, katere so imele jedilni list objavljen na spletni strani. To smo raziskali tako, da smo na spletnih straneh restavracij preleteli menije.

Šteli smo, da je restavracija "vegetarijancem/veganom prijazna", če so imeli: a) poseben vegetarijanski oz. veganski meni

b) za vsak hod vsaj eno vegetarijansko oz. vegansko možnost,

c) izrecno napisano, da se da za vegetarijanski oz. veganski meni dogovoriti vnaprej.

Pri raziskovanju nas je zanimalo tudi katere nenavadne vrste oz. dele mesa ponujajo v najboljših slovenskih restavracijah.

Seznam restavracij, ki smo jih obravnavali:

- Gostilna As, Ljubljana
- Gostilna Čubr, Komenda
- Gostilna Skaručna, Kranj
- JB restavracija, Ljubljana
- Galerija Okusov, Celje
- Gostilna Francl, Celje
- Gostilna Rajh, Murska Sobota
- Pavus Grad Tabor, Laško
- Restavracija Sedem, Maribor
- Rožmarin, Maribor
- Hiša Franko, Kobarid
- Hiša Torkla, Izola
- Restavracija Pikol, Nova Gorica
- Dvor Jezeršek, Cerklje na Gorenjskem
- Gostilna Krištof, Kranj
- Pr Matičku, Kranj
- Vila Podvin, Radovljica
- Domačija Novak, Dvor
- Gostilna Repovž, Šentjanž
- Gostilna Šekoranja, Brežice
- Pod skednjem – Posestvo Pule, Trebelno
- Restavracija Grad Otočec, Novo Mesto
- Restavracija Tri lučke, Krško

## 1.3. Anketiranje

### Anketa

Z vprašalnikom smo predvsem želeli raziskati, kako mladostniki gledajo na meso, ki ga uživajo, kakšne predsodke imajo do drugačnih načinov prehranjevanja ter tudi, kako pogosto uporabljajo psovke z živalmi. Vprašalnik sva poslali dijakom mariborske gimnazije.

Vprašalnik smo naredili na spletni strani lka. Odprt je bil 8 dni, prejeli pa smo 336 odzivov. Sestavili sva anketo z 28 vprašanji, od tega je bilo eno vprašanje odprtega tipa in 27 vprašanj zaprtega tipa. Od vprašanj zaprtega tipa je bilo 18 vprašanj pogojnih, saj so se navezovala na odgovor pri prejšnjem vprašanju. Pri dveh vprašanjih so anketiranci izbirali med stopnjo pogostosti in stopnjo strinjanja z določeno trditvijo. Pri treh vprašanjih so anketiranci lahko izbirali med različnimi odgovori. Na anketna vprašanja so odgovarjali dijaki od 1. do 4. letnika mariborske gimnazije. Na anketo je odgovarjalo 267 dijakov od tega je na vsa vprašanja odgovoril 201 dijak, na vsaj eno vprašanje pa 267 dijakov. Med 201 odzivi je 132 (66%) dijakinj, 62 (31%) dijakov in 7 (4%) ljudi, ki se opredeljujejo z enim izmed drugih spolov. 62 (31%) jih obiskuje prvi letnik, 64 (32%) drugega, 43 (21%) tretjega in 32 (16%) četrtega.

Anketna vprašanja:

- Prvi dve vprašanji sta bili zaprtega tipa in sicer vprašanje o spolu in letniku, ki ga anketiranec obiskuje. Odgovori so nama kasneje pomagali pri določanju spolne in starostne sestave anketirancev.
- S tretjim, petim in sedmim vprašanjem sva želeli raziskati, če so dijaki v stiku s pesketarjanci, vegetarijanci ter vegani in kako gledajo na izbiro prehranjevanja le-teh. Anketiranci so se pri četrtem, šestem in osmem vprašanju lahko opredelili kot nevtralni (način prehranjevanja znancev jim ni pomemben), kot nasprotniki omenjenih načinov prehranjevanja, ki izrazijo svoje mnenje. Lahko so izbrali tudi možnost, ki ne izraža podpore vegetarijancem/veganom, a ne izrazijo svojega mnenja ali možnost, ki podpira način prehranjevanja znanca.
- Deveto vprašanje je bilo odprtega tipa, zanimalo nas je mnenje o primernosti vegetarijanstva/veganstva/pesketarijanstva. Želeli sva izvedeti, kaj anketiranci menijo o vegetarijanstvu/veganstvu/pesketarijanstvu tako na ravni moralnega, zdravstvenega, finančnega kot tudi okoljskega vidika. Anketiranci so na to vprašanje odgovorili z možnostjo daljšega odgovora.
- Z desetim vprašanjem smo raziskovali koliko respondentov se opredeljuje kot

vegetarijancev/veganov/pesketarijancev ali vsejedcev.

- Respondenti, ki so na deseto vprašanje odgovorili, da se opredeljujejo kot vegani/vegetarijanci/ pesketarijanci so dobili dve dodatni vprašanji. Tako sva z vprašanji od enajstega do šestnajstega (dve dodatni vprašanji za vsako od veganske/vegetarijanske/presketarijanske diete). Pogojni vprašanji sta bili:

a) Kaj te je vodilo k tej odločitvi?

Respondenti so na to vprašanje lahko odgovorili z največ tremi odgovori. Na voljo so bili odgovori: skrb za dobrobit živali, skrb za naravo in okolje, skrb za zdravje, želja po izgubi telesne mase, cenejše prehranjevanje, razlogi, povezani z veroizpovedjo in to, da jim ni všeč okusa mesa in/ali živalskih izdelkov ter še drugo, kjer so lahko respondenti sami napisali razlog, ki jih je vodil k odločitvi za eno izmed treh navedenih diet.

b) Od kdaj je izbrana dieta del tvojega življenja?

Možnosti za odgovor so bile: od rojstva (tj. na ta način so jih vzgajali starši), pred najstniškimi leti, a so to odločitev naredili starši; pred najstniškimi leti, a so to odločitev naredili sami; od najstniških let, to odločitev so naredili starši ali od najstniških let, to odločitev so naredili sami.

- Od sedemnajstega do petindvajsetega vprašanja smo poizvedovali, če bi respondenti jedli naslednje vrste mesa: jagnjetino, teletino, divjačino, konjsko meso, pasje meso, zajčje meso in meso ščurkov. Zanimalo nas je, katere izmed vrst mesa, ki v Sloveniji niso čisto sprejete in pogoste, bi jedli. Vprašanja smo postavili le tistim, ki so se opredelili kot vsejedi.
- S šestindvajsetim vprašanjem smo respondente povprašali, katere od izdelkov živalskega izvora jedo. Lahko so izbirali med naslednjimi odgovori: jem mleko, mlečne izdelke, jajca in med (vse izdelke živalskega izvora), jem le mleko in mlečne izdelke, jem le jajca, jem le med, ne jem ne mleka ne jajc ne medu, saj sem vegan/ka, ne jem ne mleka ne jajc, saj sem alergičen/a. S tem vprašanjem smo želeli ugotoviti, ali dijaki poskušajo izdelke živalskega izvora vsaj delno odstraniti iz svojih jedilnikov, ne le zaradi diete ali alergije.
- Z naslednjim vprašanjem smo s petstopenjsko lestvico ugotavljali, kako pogosto respondenti uporabljajo psovke povezane z živalmi. Zanimalo nas je tudi, če je dieta posameznika v korelaciji s pogostostjo uporabe psovke povezanih z živalmi. Respondenti so se na lestvici od 1 do 5 odločali, kako pogosto uporabljajo naslednje psovke:

prasec/prasica, svinja, konj, krava, bik, kokoš/kura, pes/pesjan, koza, podgana, pridevnik "svinjsko" - zelo, primera z besedo "pes".

- Z zadnjim vprašanjem anketnega vprašalnika smo s petstopenjsko lestvico preverjali, kako se dijaki strinjajo z naslednjimi trditvami:
  - A. *Vegetarijanska, veganska in pesketarijanska prehrana so dražja izbira od prehrane, ki vključuje meso in izdelke živalskega izvora.*
  - B. *Prehrana, ki ne vključuje mesa in/ali izdelkov živalskega izvora, je nezdrava.*
  - C. *Družina bi sprejela mojo odločitev, da postanem vegetarijanec, vegan ali pesketarijanec.*
  - D. *Ne razumem, zakaj kdo ne bi jedel mesa.*
  - E. *Ne razumem, zakaj kdo ne bi jedel drugih izdelkov živalskega izvora (mleka in mlečnih izdelkov, jajc in medu).*
  - F. *Verjamem, da lažje izgubiš telesno maso, če ne ješ mesa in/ali živalskih izdelkov.*
  - G. *Tisti, ki ne jedo mesa in/ali živalskih izdelkov, uničujejo tradicije.*
  - H. *Izključitev mesa in/ali izdelkov živalskega izvora je moralno boljša odločitev.*
  - I. *Izključitev mesa in/ali izdelkov živalskega izvora iz naših diet je boljša za naravo in okolje kot prehranjevanje z naštetim.*
  - J. *Nimam problema z ubijanjem živali za hrano, če so bile za to vzgojene.*
  - K. *Menim, da je bolj sprejemljivo, da si ljudje, ki jedo meso, le to ujamejo sami in tako ne podpirajo večjih klavnic.*
  - L. *Vzgajanje otrok z vegansko dieto bi moralo biti zakonsko prepovedano.*
  - M. *Pripravljen sem kdaj preizkusiti vegetarijansko, vegansko ali pesketarijansko dieto.*
  - N. *Kdor se opredeljuje kot vegan, vegetarijanec ali pesketarijanec, ne sme nositi oblačil ali drugih izdelkov iz živali, ki niso hrana.*
  - O. *Pesketarijanci, vegetarijanci in vegani imajo bolj pusto in dolgočasno prehrano kot tisti, ki jedo tudi meso in izdelke živalskega izvora.*

Celotni anketni vprašalnik se nahaja v prilogi.

## *Definicije*

V nalogi bomo uporabljali precej različnih terminoloških besed, vse so definirane tukaj.

Opombe:

- Definiran je le odnos posameznika s hrano, a pogosto posamezniki, ki se opredeljujejo kot pripadniki katerega koli izmed naslednjih gibanj, prav tako ne uporabljajo praktičnih izdelkov živalskega izvora, kot so usnje, krzno, čebelji vosek itd., odvisno od tega, kot kaj se definirajo.
- Ribje meso brez dodatne opombe štejemo v kategorijo meso.
- Ko zgodovinske osebnosti opredeljujemo kot vegetarijance ali vegane, ni nujno, da so se s tem pojmom opredeljevali tudi sami. Pogosto so v zapisih izpred večih stoletij ljudje označeni kot vegetarijanci, čeprav so dejansko jedli ribe ali so meso jedli le poredko.

**Vegetarijanstvo** - prehranjevanje le z brezmesno hrano.

**Pesketarijanstvo** - prehranjevanje le z brezmesno hrano ter ribami

**Veganstvo** - prehranjevanje s hrano, ki ni živalskega razvoja (v hrano živalskega izvora vključujemo meso, jajca, mleko in mlečne izdelke, med).

**Karnizem** - koncept odnosa človeštva do živali, opredeljen kot prevladujoča ideologija, ki ljudi pogojuje, da podpirajo izkoriščanje in uživanje živalskih izdelkov, še posebej mesa.

## 2 Teoretični del

V naslednjih dveh podpoglavjih smo opisali specizem in karnizem, dve praksi, ki sta ključni za razumevanje človeškega odnosa do živali in vključevanja mesa in izdelkov živalskega izvora v našo prehrano.

### 2.1. Specizem

Specizem je praksa obravnavanja pripadnikov ene vrste kot moralno pomembnejših od pripadnikov drugih vrst in tudi prepričanje, da je ta praksa upravičena. Poudarja interese ene vrste kot večvredne kot interesi druge vrste. Izraz je nastal z namenom, da bi opozoril na razširjeno obliko diskriminacije, ki jo ljudje izvajamo do živali in preko tega izpostavlja podobnosti z rasizmom. Specizem in rasizem sta obliki diskriminacij, ki s pomočjo predsodkov širijo in uveljavljajo sebično neupoštevanje interesov drugih in njihovega trpljenja (Ryder, 1983). Pogost je ugovor, da živali nimajo razuma, nimajo socialnih vezi, kar pa je neutemeljeno, saj teh karakteristik ne uporabljamo pri vrednotenju ljudi. Še dodatna teorija italijanske moralne filozofinje Paole Cavalieri (2006) pa razume specizem kot izključenost živali iz kroga zaščite, ki jo prejemajo ljudje. Živalske vrste razvrščamo in diskriminiramo na podlagi podobnosti ljudem, tako ljudje favorizirajo pravice šimpanzov že nad pravicami psov, kaj šele bitij, ki so človeku manj podobna. Potemtakem je vprašanje, katere živali so do določenih pravic upravičene in katere ne, kako te pravice zagotoviti in zaščititi (Habjan, 2004, 27). Pogosto je to odvisno tudi od poznavanja določenih vrst, ki se razlikuje med različnimi skupinami ljudi, tako pride tudi do razlik med tem, katerim živalim so različni narodi, veroizpovedi ali druge skupine bolj naklonjene. V teoriji si zadamo obveznosti, da jim ne povzročamo »nepotrebne« trpljenja, a še ta definicija je usmerjena človekovim potrebam, ki si jih razlagamo tako ohlapno, da lahko to obvezo pogosto zanemarimo (Cavalieri, 2006). Vse omenjeno so znaki antropocentrizma, iz katerega izvira specizem (Štuva, 2013).

Zaradi privzgoje specističnih idej v vzgoji, izobraževanju in socializaciji se naučimo gledati na človeške karakteristike in sposobnosti kot normo – po njej se ocenjuje vsa ostala bitja. Prav zaradi tega se nam zdi diskriminacija živali normalna, potrebna in neizogibna, lahko jo razvrščamo le kot bolj potrebno ali manj potrebno (Škorjanc, 2014, 2-3).

Je vrsta diskriminacija na podlagi vrste. Človeška vrsta se ima za več vredne od ostalih živalskih vrst. Če specizem bolje preučimo, lahko trdimo, da je nastal po vzorcu rasizma in seksizma.



Zaradi telesnih značilnosti, s katerimi so se živali skotile jih človeška vrsta diskriminira, ubija, ponižuje le na temelju človeške superiornosti nad živalmi. Ljudje imamo že od nekdaj občutek, da smo boljši od živali, zato se do njih temu primerno obnašamo. Družba meni, da je superiorna nad drugimi vrstami in jih zato zapirav različne industrijske obrate, kjer so živali testirane za preverjanje varnosti zdravilnih učinkovin, strupenih substanc, umorjene za meso in mesne izdelke, mučene za njihovo mleko in mlečne izdelke, jajca, ubite za krzno, žrtve nasilja za pripravo predstav potujočih cirkusov in v živalskih vrtovih. Specizem je v vsakodnevnem življenju razviden na več različnih načinov, večkrat je tudi zakrit z najrazličnejšimi slikami in oglasi srečnih živali. V resnici lahko živali, ki so žrtve specizma na svobodo le upajo. Kljub temu, obstajajo razlike, ki jih ljudje delamo med različnimi vrstami živali (Gaber, 2017, 61).

### 2.1.1. Karnizem

Družina je obilno večerjo s piščančjo juho, mesnimi polpeti in prilogo. Pod mizo spi njihov pes, štirinožni družinski prijatelj, ki ga celotna družina obožuje. Nihče niti pomisli ne na to, kako ironično, čudno je to početje. Veliko mladih na različnih socialnih omrežji objavlja videe ali objave o mučenju živali, obenem pa nosijo usnjene čevlje, jakne in v prehrano vsakodnevno vključujejo meso.

Mnogi bi se vprašali: “Zakaj je temu tako? Zakaj se nam smilijo kiti in delfini, hkrati pa jemo tuno?” To vprašanje je dobro raziskala Melanie Joy (2020, 19), psihologinja in sociologinja, ter aktivistka za živalske pravice. Ugotovila je, da je karnizem prisoten, “ker pač je”. Nekaterim živalim omogočimo življenje, polno ljubezni, topline, druge pa pošljemo v klavnico ali na njih testiramo izdelke za človeško rabo. Odgovor na to vprašanje je precej neutemeljen. Jemo nekatere živali, ker “stvari pač so take”. Jemo jih, ker so jih jedli naši predniki in nam je všeč okus mesa, saj je večini ljudi hrana z mesom ponujena v rosnih letih. Karnizem je torej prepričanje, da je prehrana z določenimi živalmi naravna in primerna. Preprečuje, da bi videli nemoralnost na primer uboja domačega psa za meso tudi, ko gre za druge živali, kot so v naši kulturi krave, prašiči, piščanci in druge rejene živali. Način prehrane z mesom se tako ne zdi izbiren, saj je globoko zakoreninjen v naši družbi. Če primerjamo z vegetarijanstvom, se vsakemu zdi, da je vegetarijanec oseba, ki se je namerno odločil, da ne bo jedel mesa. Čeprav lahko preživimo brez živalskega mesa v naši prehrani in imamo izbiro, se prehranjevanje z mesom zdi naravno. Nihče od mesojedcev ne trdi, da je prehranjevanje z mesom izbira, ker mislijo, da je to pravi in naraven način prehranjevanja. Kljub temu prehranjevanje z mesom predstavlja izbiro, ki temelji na specifičnih prepričanjih, da so življenja nekaterih živali vredna

več od drugih (Joy in Robbins, 2011, 11-12). Ta pojav je globalen. Ljudje v mesojedih kulturah povsod po svetu z veseljem jedo živali, vse dokler so tiste vrste, za katere so se »naučili« normativno uvrščati med užitne. Vse ostale vrste živali imajo za neužitne in uživanje le-teh velja za neetično in nesprejemljivo, tako so npr. mačke in psi marsikje na zahodu, prašiči na Bližnjem Vzhodu in krave v Indiji. Kar imajo vse kulture skupnega je to, da imajo lastno klasifikacijo »užitnih« živali in le to sprejmejo kot racionalno (Škorjanc, 2014, 15). Klasifikacije drugih kultur, ki se razlikujejo od njihove, bodo hitro označili kot barbarske, odvratne, neetične, nesprejemljive, žaljive. Kljub vsemu pa imajo vse te kulture skupno, da jedo le tisto meso, ki ga po lastni klasifikaciji vidijo kot etično in sprejemljivo, druge kulture pa pogosto obsojajo. Večina ljudi prav zato, ker je prehranjevanje z živalmi univerzalno, domneva, da ni ideološko (Joy, 2011, 12).

Prav zaradi vsega zgoraj povedanega se moramo res vprašati, kaj mislimo, ko rečemo, da je prehranjevanje z mesom »naravno«. Kar imamo za naravno, je preprosto interpretacija zgodovine s strani prevladujoče kulture. Ne nanaša se na naše prednike, ki so jedli izključno rastlinsko hrano, temveč na njihove potomce, ki so jedli tudi meso (Škorjanc, 2014, 16). Na našo zgodovino gledamo ravno toliko nazaj, kolikor je potrebno, da le-ta upraviči našaobstoječa prepričanja in argumente. In kar je še pomembneje; umor, posilstvo in kraja so prav tako starodavni kot uživanje živali, torej prav tako naravni, vendar jih ne upravičujemo s sklicevanjem na dolgotrajnost tovrstnega ravnanja oz. tradicije (Škorjanc, 2014, 15-16).

## 2.2. Vpliv uživanja mesa na okolje

Zagotavljanje bolj trajnostne prehrane predstavlja izziv tako na lokalni kot tudi globalni ravni. Prekomerno uživanje mesa ima več negativnih vplivov na okolje, zato bi si morali prizadevati za čim manjšo porabo mesa in živalskih produktov. Za spremembe posameznikove prehrane je ključno razumevanje okoljskih posledic, ki jih med drugim povzroči tudi uživanje mesa.

### 2.2.1. Vpliv na vodne vire

Raziskava, ki je potekala v okviru Evropske komisije je preučila vpliv uživanja mesa na vodni odtis. Pomembno je vedeti, da kmetijstvo porabi največje količine vode v primerjavi z drugimi človeškimi dejavnostmi, kar tretjina vode, porabljene za kmetijstvo, je potrebna za živino. V raziskavi so primerjali uporabo vode glede na štiri različne načine prehranjevanja: povprečno prehrano prebivalca Evrope, zdravo prehrano, ki jo priporočajo nutricionisti, vegetarijansko

prehrano in kombinacije med vegetarijansko in zdravo prehrano. Vodni odtisi so bili preračunani glede na porabo hrane in vode, ki jo proizvodnja le-te porabi. Rezultati so pokazali, da s povprečno evropsko prehrano porabimo več vode, kot jo vodni viri znotraj Evrope zagotavljajo. Kar 46% vodnega odtisa naredi proizvodnja živalskih produktov (vključno z mlečno industrijo). Ostali trije načini prehranjevanja naredijo bistveno manj vodnega odtisa. Tako je vodni odtis vegetarijanske prehrane za 38% manjši. Kombinirana prehrana za sabo pusti za 30% manjši vodni odtis, medtem ko zdrava prehrana naredi 23% manjši vodni odtis. Avtorji tako poudarjajo, da bi prehrana, ki vključuje manj mesa, imela poleg dobrega vpliva na posameznikovo zdravje, tudi boljši vpliv na okolje, saj je bolj trajnostna (Vanham in Mekonnen, 2021).

Leta 2000 je kmetijstvo predstavljalo 70% vse porabe sladke vode, hkrati pa je bilo odgovorno za kar 93% vse izčrpane vode (FAO, 126). Za pitje ljudje porabimo le 1% sladke vode na svetu, več kot polovico pa je porabimo za živinorejo. V zadnjih sto letih se je število namakalnih površin kar petkrat povečalo, leta 2003 je predstavljajo 277 milijonov hektarjev. Zaradi naraščajočih zahtev po vodi v živinorejski panogi bo, v kolikor se bo trend nadaljeval, potrebno količino vode znatno povečati (FAO, 2006, 126-128).

Porabo vode v živinorejski panogi delimo na tri stopnje. Prva je neposredna poraba vode za živinorejo, kot je voda, ki jo pijejo živali in so z njo oskrbovane; ta predstavlja 0,6% vse sladke vode (FAO, 2006, 130). Goveda v povprečju popijejo 100-156, svinje 17-47, koze in ovce pa 8-20 litrov vode dnevno. Prav tako v to stopnjo šteje oskrbovanje živine, čiščenje bivalnih enot ter živine same ter ravnanje z odpadki. Poraba vode v velikih industrializiranih kmetijah je lahko nekajkrat večja od porabe pri pašni živinoreji (FAO, 2006, 128-30).

Druga stopnja porabe vode v živinoreji je postopek pridelave končnega izdelka. Postopek ima devet osnovnih faz, ki se razlikujejo glede na vrsto živine, vsem, razen pakiranju ter hranjenju, pa je skupna velika količina porabljene vode. Pod pridelavo mesa šteje vse od zakola, odstranjevanja kože, dlak, perja, drobovja in kosti ter razkosanja in pranja trupel do hlajenja, pakiranja in hranjenja končnega izdelka. Kar 44-60% vode pri pridelavi govejega mesa je porabljene za pranje trupel in čiščenje klavnice po zakolu ter odstranjevanje drobovja in kosti. Količina te porabljene vode je kar 6-15 litrov na kilogram mesa. Pri pridelavi perutninskega mesa je delež vode glede na maso končnega izdelka še veliko večji; za obdelavo ene ptice se v povprečju porabi 1590 litrov vode.

Tretja in najbolj potratna stopnja porabe vode v živinoreji je pridelava krme, potrebna količina

vode za to je skoraj neprimerljiva s prvima stopnjama. Živinorejska panoga predstavlja približno 45% skupnega proračuna za vodo, namenjenega za proizvodnjo hrane, ki jo večinoma sestavlja ječmen, koruza, pšenica in soja (FAO, 2006, 133-5). Živinorejska panoga zavzema 30-45% vsega kopnega (Thornton in dr., 2014, 1). Vsako leto se na svetu pridelava toliko hrane, da bi lahko nahranili 12-15 milijard ljudi, a kljub temu se vsaj milijarda obstoječega prebivalstva na Zemlji dnevno sooča lakoto. Približno polovica svetovnega letnega pridelka stročnic in žit je namenjena krmi živine z namenom pridobivanja mesa in drugih živalskih proizvodov.

Po primerjavi, ki sta jo leta 2014 prikazala Andersen in Kuhn, lahko vidimo, da je za pridelavo 100 g hamburgerja potrebnih okoli 2500 litrov vode, kar je približno toliko, kot povprečna oseba porabi za dvomesečno tuširanje. Za pridelavo enega kilograma govejega mesa potrebujemo 20 000 - 46 000 litrov vode, za enako količino ovčjega 51 000 litrov, prašičjega 6000 litrov in piščančjega 3500 litrov. Za proizvodno enega litra mleka je potrebnih do 1000 litrov vode (FAO 2006, 167). (Golja, 2015, 18-20)

### 2.2.2. Vpliv na toplogredne pline

Pridelava hrane je odgovorna za več kot četrtno vseh toplogrednih plinov, a velika večina tega je zaradi mesne in mlečne industrije (BBC, 2021). V primerjavi z rastlinsko prehrano so raziskave pokazale, da proizvodnja mesa na enoto energije v primerjavi z rastlinsko prehrano proizvede več toplogrednih plinov. Razlika nastane zaradi izgube energije na vsaki trofični ravni. Če primerjamo emisije toplogrednih po vrstah mesa ugotovimo, da običajno proizvodnja mesa prežvekovalcev povzroči več emisij kot pri neprežvekovalcih. Proizvodnja perutnine pa povzroči manj emisij kot pri sesalcih. Zanimivo je tudi to, da intenzivna proizvodnja povzroči manj izpustov kot ekstenzivnejše oblike kmetijstva. Najbolj škodljivi toplogredni plini so ogljikov dioksid, metan in dušik. Proizvodnja mesa povzroča izpuste vseh treh in je edini najpomembnejši vir metana. Trenutno proizvodnja živine prispeva približno 5% vseh 37 giga metričnih ton ogljikovega dioksida (Godfray in drugi, 2018, 4-5).

Svetovno prebivalstvo naj bi se do leta 2050 povečalo na 9,6 milijarde. Naraščajoča urbanizacija predstavlja izzive brez primere za prehranske in kmetijske sisteme, medtem ko so naravni viri, potrebni za podporo svetovne proizvodnje hrane, omejeni. Diete bodo postale vse bogatejše in bolj raznolike, vse večje naj bi bilo tudi povpraševanje po hrani živalskega izvora.

Povpraševanje po mesu in mleku naj bi se zvišalo za 73% in 58% glede na raven v letu 2010.

Glavni vir izpustov pri prežvekovalcih je prebavni trakt ter pridelava krme za le-te. V Latinski Ameriki in na Karibih je kar ena tretjina emisij proizvodnje govejega mesa povezanega s sekanjem gozdov in širitvijo pašnikov. V proizvodnih verigah perutnine in svinjine pa izpusti izhajajo iz proizvodnje krme, proizvodnje jajc, skladiščenja in predelave svinjine in perutnine. Pri emisijah svinjine in perutnine je potrebno poudariti tudi, da kar 40% emisij predstavljajo emisije povezane s pridobivanjem energije za proizvodnjo. Če seštejemo emisije, ki jih povzroči proizvodnja krme za živali in emisije, ki jih povzroči proizvodnja živali samih, dobimo kar 4,6 gigaton emisij toplogrednih plinov (FAO, 2013, 41).

### 2.2.3. Vpliv na krčenje gozdov

Krčenje gozdov povzroča neprecenljivo okoljsko škodo, saj se zaradi tega sprosti na milijarde ton ogljikovega oksida v atmosfero, kar povzroči izumiranje več tisočih živalskih in rastlinskih vrst. Za omejitev krčenja gozdov so nujno potrebne učinkovite politike odvratanja od širitve pašnikov na območjih gozdov, ter spodbujanje trajnostnih sistemov paše. Že v devetdesetih je naš planet izgubil 94 000 km<sup>2</sup> gozdnih površin letno, kar je nekaj km<sup>2</sup> več kot znaša površina Portugalske. Večina prej gozdnih območjih je bila požgana in očiščena ter spremenjena v njive in pašnike. Zlasti v Latinski Ameriki so območja posekanega gozda uporabili kot pašnike za gojenje goveda v ekstenzivnem kmetijstvu. Običajno se proces sekanja gozdov začne, ko del gozda posekajo in zgradijo ceste za rudarjenje in sečnjo. Ta del gozda je očiščen gozdnih prepek, zato se priselijo kmetje, ki začnejo gojiti pridelke. Po dveh ali treh letih se preselijo, saj je gozdna prst izčrpana, območja pustijo da jih preraste trava. Na to območje se naselijo govedorejci ki travnata območje uporabijo kot pašnike za svoje govedo. Po petih do desetih letih prekomerne paše, prst izgubi hranila in tako deževni gozd, ki je bil nekoč skladišče biološke raznovrstnosti postane erodirana puščava. Ta sprememba je nepopravljiva, posledice pa čutijo še nadaljnje generacije po svetu.

Strokovnjaki ocenjujejo, da naj bi krčenje gozdov povzročilo približno četrtno emisij toplogrednih plinov, ki jih povzroči človek, saj pašniki posejani s travo absorbirajo bistveno manj ogljikovega dioksida kot gozdovi. V tropskih gozdovih živi tudi 13 milijonov različnih vrst, ki predstavljajo več kot dve tretjini vseh rastlinskih in živalskih vrst na svetu. V desetletju izumre 2 - 5 % vseh vrst v deževnih gozdovih, predvsem zaradi krčenja gozdov. Novonastali monokulturni pašniki niso primerni za številne vrste ptic in nevretenčarjev, ki potrebujejo raznolike habitate. Krčenje gozdov vpliva tudi na degradacijo tal. Gozdovi z drevesnimi

krošnjami varujejo prst pred žgočim soncem in hudourniškim deževjem, z obsežnimi koreninami pa preprečujejo erozijo. Ko ljudje drevesa sekamo, so tla izpostavljena tem dejavnikom, zato se hitro izčrpajo. Trave, ki prerastejo posekana območja zagotavljajo malo hranilnih snovi in malo zaščite, prekomerna paša pa še dodatno pospeši izgubo hranil in erozijo. Težava nastane tudi pri zadrževanju vode. Gozdovi služijo kot naravne čistilne naprave za vodo, saj deževnica pronica skozi prst s koreninskimi strukturami in ostanki rastlinja. Brez zaščite gozdnih krošenj in korenin, zemlja izgubi sposobnost zadrževanja vode, zato je ta sprana v reke in potoke.

V zadnjih 40 letih se je območje gozdov v Srednji Ameriki zmanjšalo za kar 40%, hkrati pa so se razširili pašniki in polja. Na tem mestu lahko poudarimo, da se zaradi vse večjega povpraševanja po mesu vse več govedorejcev odloča za uvoz krme za hranjenje goveda iz drugih držav. Eden izmed večjih ponudnikov krme je prav Brazilija, saj ima relativno veliko zemljišč. Na račun zaslužka s krmo krčijo gozdove, pridelujejo krmo ter jo izvažajo v države, kjer gojijo govedo. Tako se hiter in kratkotrajen zaslužek spremeni dolgotrajne posledice za naravo ter življenje na zemlji (FAO, 2010, 1-2).

#### 2.2.4. Primerjava vpliva na okolje mesnih diet z brezmesnimi

Da problema ne prikažemo čisto črno-belo, moramo seveda raziskati tudi vpliv mesnih alternativ in živil, ki so pogosteje užita v brezmesnih dietah, na okolje. Večina se nas ob misli na mesne alternative verjetno takoj spomni na sojo, in res je, iz nje nastaja ogromno različnih mesnih alternativ, ki se pogosto uporabljajo tudi v Sloveniji, kot so tofu, tempeh, razni polpeti... Pri marsikomu, ki ne je mesa, se v dieti pojavi tudi več stročnic, kot so fižol, leča in čičerika, ali pa tudi seitan - pšenični gluten. V Sloveniji malo manj, a po svetu prav tako pogosta alternativa mesu, je nangka, sadež, množično gojen v tropskih regijah Indijske podceline in Indokine.

Pomemben okoljski problem, ki se pojavlja na obeh straneh, tako reji živine kot agrikulturi, je krčenje gozdov. Deževni gozdovi zavzemajo le 8% vsega kopnega, a so ključni za proizvodnjo kisika – imenujemo jih pljuča sveta – prav tako pa tudi za absorpcijo ogljikovega dioksida, ki ga v veliki večini proizvajamo ljudje. Krčenje gozdov je odgovorno za 18-25% letnih emisij ogljikovega dioksida, ki se sprošča ob sežiganju gozda. Prav tako krčenje gozdov povzroča več erozije prsti, pred katero gozdovi ščitijo. Vsako sekundo izgine okoli 4000 m<sup>2</sup> gozda (Andersen in Kuhn, 2014). Pašna živinoreja in pridelovanje živalske krme sta odgovorna za 70-80% krčenja deževnih gozdov (Golja, 2015, 13-14).

Vendar pašna živinoreja in pridelovanje živalske krme nista edini, ki precej negativno vplivata na krčenje deževnih gozdov. Po nedavnih raziskavah je poleg slednjih glavni krivec za krčenje tropskih gozdov predelava površin za gojenje soje. To se je po petdesetih letih prejšnjega stoletja povečalo kar petnajstkrat. Zaradi tega se je sekal vedno večji delež predvsem južnoameriških gozdov, kar ima velike posledice za ljudi, živali in rastline v tem okolju. V deževnih gozdovih vsak dan izumre okoli sto rastlinskih in živalskih vrst, ogromno pa jih je ogroženih (Golja, 2015, 14). Na hiter pogled bi marsikdo krivdo za to hitro prenesel na vse, ki so iz svoje prehrane izključili meso. Spet je potrebno izpostaviti, da to ne pomeni, da je ta soja gojena izključno za potrebe ljudi, predvsem tistih, ki ne jedo mesa. Ravno obratno – le 6% pridelane soje je vključene v prehrano ljudi. 90% vse pridelane soje je gojene za hrano živali, predvsem za piščance, pujske in krave. Še preostali del pridelane soje se uporablja za hrano za domače živali, del tudi za goriva. Del proizvedene soje se je povečal ravno zato, ker se je v preteklih petdesetih letih pridelava mesa povečala za več kot štirikrat. Danes je več kot polovica sesalcev na Zemlji del živinoreje (Greenpeace, 2020).

Še eno drevo, ki je velik krivec za krčenje gozdov že kmalu po govedini, svinjini in perutnini, je kakavovec. V letih med 1988 in 2008 bi naj bilo za gojenje kakavovca posekanih 2 do 3 milijone hektarjev tropskih gozdov, med letoma 1998 in 2007 bi jih naj bila kar 2,1 milijona hektarjev posekana že samo v zahodni Afriki.

Joseph Poore, raziskovalec na univerzi v Oxfordu, omeni, da kljub temu, da se nič ne more prav primerjati z pridelavo govedine, jagnjetine, svinjine in mlečnih izdelkov, moramo biti še vedno pozorni na sadje in zelenjavo, uvoženo z letali – le-to lahko ustvari več emisij ogljikovega dioksida kot kilogram perutnine (BBC, 2020). Raziskava univerze v Manchesteru je pokazala, da so beluši, borovnice in jagode, med tistimi, ki z uvažanjem v Evropo oddajo največ emisij ogljikovega dioksida. Podobno je tudi z drugimi sadeži, kot so melone in lubenice – raziskava univerze v Parmi je pokazala, da lahko določeni posamezniki, ki uživajo le uvoženo sadje, huje vplivajo na okolje kot vsejedci. A to so še vedno le določeni primeri, med 153 ljudmi so imeli vsejedci še vedno višji odtis toplogrednih plinov kot vegetarijanci in vegani. Dodaten dejavnik, ki negativno vpliva na okolje, je uporaba umetnih gnojil – ta odgovorna za 3 odstotke svetovnih emisij toplogrednih plinov, predvsem ogljikovega dioksida in metana, pa tudi didušikovega oksida.

Še dodaten vidik, s katerega je tudi gojenje mnogih sadežev slabo za okolje, je poraba vode. Predvsem gre za tropske sadeže – kilogram mangov za rast potrebuje 686 litrov vode, medtemko

jih ista količina sliv potrebuje le 305. Za gojenje enega kilograma avokadov se porabi celo okoli 834 litrov vode; v nekaterih delih sveta, kot sta Peru in Čile, se zaradi povečanega zanimanja po sadežu vodo nezakonito pridobiva iz lokalnih rek in povzroča pomanjkanje vode za lokalno prebivalstvo (BBC, 2020).

## 2.3. Vplivi uživanja mesa na zdravje

Meso je bilo velikokrat predmet pogovorov o primernosti za naše zdravje. Čeprav zdravstveni vidik prehranjevanja z meso ni del sociološkega raziskovanja, smo se odločili, da raziščemo vpliv mesa na posameznikovo zdravje in zdravje človeške populacije. Razlog za to odločitev se zdi logičen, saj marsikdo, ki se odloča o uživanju mesa oziroma neuživanju mesa, določi prehrano, ki mu ustreza tudi na osnovi primernosti za posameznikovo zdravje. Podatke o povezavi mesa z človekovim zdravjem smo strnili in tako poudarili le najnujnejša dejstva, ki so ključna za razumevanje pomena prehranjevanja z mesom v naši družbi. Osredotočili smo se tudi na priporočila Nacionalnega inštituta za javno zdravje za zdravo prehrano v vzgojnoizobraževalnih ustanovah, saj raziskovalna naloga temelji na zavedanju pomena mesa med dijaki.

### 2.3.1. Vpliv na posameznikovo zdravje

Meso je dober vir energije in številnih bistvenih hranil, vključno z beljakovinami in mikrohranili kot so železo, cink in vitamin B12. Z raznoliko prehrano je mogoče doseči zadosten vnos le-teh, a se v marsikateri manj razviti državi pojavi težava, saj ljudje nimajo dostopa do alternativnih živil bogatih z nujno potrebnimi hranili. V zahodnih državah z visokimi dohodki so raziskave pokazale, da je stopnja umrljivosti rahlo višja pri ljudeh, ki uživajo veliko rdečega in predelanega mesa kot pri ljudeh, ki le-tega mesa uživajo manj. Pri perutnini raziskave niso zaznale nobenih razlik in povezav. Možnost je, da so rezultati te raziskave povezani tudi z drugimi tveganimi dejavniki kot so kajenje, uživanje alkohola in debelost. Najmočnejši dokaz za škodljiv učinek visokega vnosa mesa na zdravje je kolorektalni rak. Mednarodna agencija za raziskave raka (IARC) pod vodstvom Svetovne zdravstvene organizacije (WHO) je predelano meso uvrstila kot rakotvorno. Povprečni vnos predelanega mesa v zahodni Evropi je 26,4 g na dan, analiza IARC je pokazala, da uživanje takšne količine predelanega mesa na dan lahko poveča tveganje za nastanek kolorektalnega raka za 9%. Čeprav še raziskave niso dokončno dokazale, naj bi visok vnos predelanega mesa bil povezan z višjim tveganjem za umrljivost zaradi bolezni srca in ožilja. Nekatere raziskave predlagajo, da je visok vnos predelanega mesa



povezan tudi z drugimi boleznimi razvitega sveta kot so sladkorna bolezen in prekomerna telesna teža (Godfray idr., 2018,3-4).

NIJZ za predšolske in šolske otroke ter mladostnike priporoča pestro mešano prehrano, ki ob zadostnem energijskem vnosu zagotovi tudi zadosten vnos hranil, ki so potrebna za normalno rast, razvoj in delovanje organizma. Priporočeni obroki naj bi količinsko vsebovali več sadja in zelenjave, živil z ogljikovimi hidrati, kakovostnih beljakovinskih živil kot so mleko, mlečni izdelki, ribe ter puste vrste mesa, in kakovostnih maščob (predvsem rastlinska olja). V članku, ki so ga objavili tudi jasno sporočajo, da je po številnih raziskavah veganskega prehranjevanja takšen način prehranjevanja neprimeren za otroke zaradi velike možnosti malnutricije. V Sloveniji bi otrokom vrtci in šole morali zagotoviti uravnotežen, polnovreden obrok, ki je na željo staršev lahko mesen ali brezmesen. Pomembno je, da kljub vegetarijanskim obrokom zagotovimo priporočen vnos hranil z ustreznim izbiro živil ter načinom priprave.

Navedli so tudi, da po dosedanjih študijah vegetarijanska prehrana brez mesa ni bolj zdrava od uravnotežene mešane prehrane. Tako so meso določili kot del mešane prehrane in priporočili uživanje zmernih količin mesa in sicer, rdeče meso le nekajkrat mesečno, perutninsko meso in ribe pa le nekajkrat tedensko. V skladu s priporočili NIJZ in priporočili Svetovne zdravstvene organizacije, bi meso morali uživati predvsem pusto in v priporočeni pogostosti. Opozarjajo, da količina rdečega mesa, ki presega 300g že lahko predstavlja tveganje za razvoj kolorektalnega raka. Ti dokazi veljajo predvsem za izdelke iz mesa kot so na primer salame, slanina in šunka, zato priporočajo, da se ti izdelki uživajo redkeje in v priporočenih količinah. Poleg priporočil za zmanjšanje vnosa mesa, pa NIJZ odobrava pogostejše uživanje rib in sicer 2-3-krat tedensko. So dober vir lahko prebavljivih beljakovin in zdravih maščobnih kislin. Uživanje le-teh zmanjšuje tveganje za nastanek kardiovaskularnih bolezni, nekaterih vrst raka, diabetesa tipa 2 in osteoporoze (NIJZ, 2010).

Leta 2016 je BBC poročal o osnutku zakona, s katerim bi starši, ki so z vegansko prehrano odgovorni za bolezen otroka, bili obsojeni na 1-4 leta zapora. Predlagala ga je članica italijanske stranke Forza Italia. Zaradi štirih odmevnih primerov v katerih so bili otroci, ki so se prehranjevali z vegansko prehrano hospitalizirani. Zdravniki so predvidevali, da starši hospitaliziranih otrok morda niso razumeli kako dopolniti vegansko prehrano, da bi bila varna za otroke. Ameriški dietetiki so ob tem času izjavili, da je veganska prehrana primerna za otroke, vendar morajo biti starši pozorni, da otroci prejmejo vsa potrebna hranila za normalno rast in razvoj (BBC, 2016).

### 2.3.2. Vpliv na zdravje svetovne populacije

Kot posameznikom nam je pomembnejši neposreden vpliv mesa in snovi, ki so v njem, in so lahko škodljive za nas. Zagotovo pa ne smemo pozabiti, da je meso lahko tudi vir različnih okužb, ki se prenašajo s hrano. Živina lahko deluje kot rezervoar za patogene, s katerimi se lahko okužimo tudi ljudje. Ta težava se izraža predvsem takrat, ko ljudje z živalmi kmetujejo in so z njimi v tesnem stiku. Še en problem se pojavi, ko mesna proizvodnja uporablja antibiotike kot veterinarska zdravila ali spodbujevalce rasti. To je resna skrb, saj se lahko na antibiotike odporni geni prenesejo v okolje in na človeške patogene, kar bi pomenilo, da bi tudi ljudje postali odporni na antibiotike (Godfray idr., 2018,3-4).

Do sedaj so ugotovili, da se orthohepevirus A (povzročitelj hepatitisa E) pojavlja v črevesnem traktu evropskih prašičev. Virus je najverjetneje kontaminiral surovo meso ob slabo izvršeni odstranitveni prebavi in notranjih organov. Na srečo se virus ni dobro širil med ljudmi, saj se prenaša z iztrebki in urinom (Velebit B. idr., 2015, 305).

Tudi pri koronavirusu znanstveniki še niso čisto prepričani, kako se je virus prenesel na ljudi. Na začetku so predvidevali, da so vmesni gostitelji v primeru SARS-CoV-2 bili malajski luskavci. Genom koronavirusa v treh bolnih luskavcih je bil zelo podoben genomu SARS-CoV2, ki je bil odkrit na trgu z morskno hrano ob koncu leta 2019. Vendar je to le hipoteza za katero imajo raziskovalci premalo trdnih dejstev, odkrili so celo, da je luskavcem bil virus prenesen iz drugih živali. Vsekakor smo lahko prepričani, da se je virus prenesel posredno preko prehranjevanja (prehranjevanja z okuženimi živalmi ali kontaminiranimi živilskimi izdelki). Prav verjetna se zdi tudi teorija, da so bili vmesni gostitelji makaki, ki so pogosto prisotni v jugovzhodni Aziji na tržnicah, kjer jih ljudje zadržujejo v kletkah z drugimi živalmi, kot so tudi netopirji. Ta teorija se od vseh zdi še najbolj verjetna zaradi tesne filogenetske povezanosti makak in ljudi. Makaki so po tej teoriji bili vmesni gostitelji za prenos virusa na ljudi. Mnogo virusov je bilo prenesenih iz živali na ljudi prav zaradi nehigijskega dela z živalmi in mesom, prav tako pa tudi zaradi uporabe in ilegalne prodaje divjih živali (Platto idr., 2021, 18).

### 2.4. Vrste mesa

Po raziskavi Nacionalnega inštituta za javno zdravje leta 2019 odrasli tedensko zaužijejo 855 gramov mesa, starejši odrasli 741 gramov, mladostniki pa 685 gramov. Pri tem v Sloveniji rdečega mesa dnevno zaužijemo skoraj dvakrat toliko kot belega. Mesnih izdelkov tedensko odrasli zaužijejo 441 gramov, starejši odrasli 319 gramov, in mladostniki 329 gramov. V tabeli 1 lahko vidimo pogostost uživanja različnih vrst mesa in mesnih izdelkov pri različnih generacijah (NIJZ, 2019).

Tabela 1 Pogostost uživanja vrst mesa pri različnih generacijah

(na teden)	malčki (%)	mladostniki (%)	odrasli (%)	starejši odrasli (%)
<b>belo meso 2-3x</b>	58,1	51,1	44,2	35,5
<b>rdeče meso 2-3x</b>	39,4	39,6	40,8	41
<b>mesni izdelki 4-6x</b>	3,2	10,6	5,6	4
<b>morske ribe vsaj 1x</b>	27,7	22,9	26,3	25,6

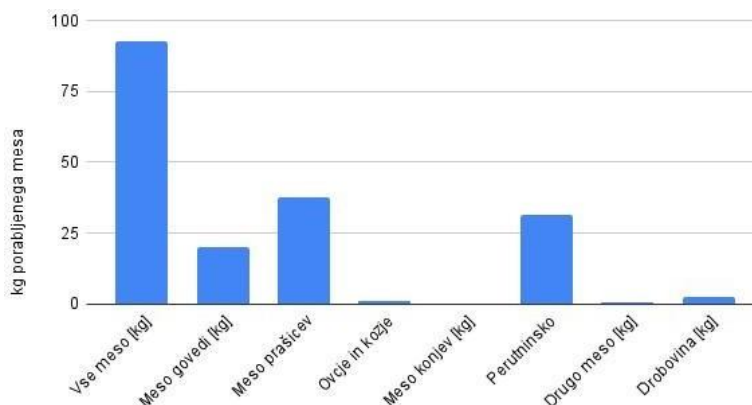
Kot vidimo, so malčki in mladostniki že zelo zgodaj navajeni na uživanje mesa, najhitreje se navadijo belega. NIJZ priporoča vzgojno-izobraževalnim zavodom, da meso v šolske jedilnike vključujejo do 5-krat na teden. “V jedilnik naj bi se vključevalo tako rdeče kot belo meso, od tega rdeče meso največ 2-krat na teden in belo meso do 3-krat na teden. En dan v tednu se svetuje kot brezmesni. 1 do 2-krat tedensko naj bi se vključile ribe.” “Belo meso in priporočeni mesni izdelki z vidno strukturo se pojavljajo v četrtini kosil, v dobri desetini dopoldanskih malic in redkeje pri popoldanskih malicah. Odsvetovani mesni izdelki s homogeno strukturo ali večjo vsebnostjo maščob se prepogosto vključujejo, in sicer v dopoldanske malice (13 %) in kosila (13 %). Za dosego priporočil uravnotežene prehrane svetujemo vrtcem in šolam, da zmanjšujejo vključevanje odsvetovanih mesnih izdelkov v jedilnike in jih za dosego ustreznih učinkov na zdravje predvsem nadomeščajo s pogostejšim vključevanjem rib.”

## 2.5. Poraba mesa v Sloveniji na leto

Leta 2018 je povprečen Slovenec zaužil 92,6 kg mesa, kar je dobro tretjino več kot je evropsko povprečje, ki znaša 69,3 kg. Za našo prehrano so najbolj značilne tri pomembnejše vrste mesa. Kot je razvidno iz grafa, Slovenci zaužijemo največ mesa prašičev in sicer kar 37,45 kg na leto, kar je več kot tretjina vsega zaužitega mesa. Drugo najpogosteje uporabljeno meso je tudi perutninsko meso. Le-tega zaužijemo letno 31,39 kg. Tudi govedina je zelo pogosta, na leto je zaužijemo 19,97 kg, kar je precej manj kot mesa prašičev in perutnine, kljub temu pa veliko več kot ostalih vrst mesa. Ovčjega in kozjega mesa na leto zaužijemo 0,95 kg, dobrovine 2,24 kg, drugega mesa 0,48 kg. Najmanj zaužijemo mesa konjev in sicer le 0,12 kg letno. Iz grafa 1 je moč razbrati, da prehrana prebivalcev Slovenije temelji na treh vrstah mesa in sicer na govejem,

svinjske, in perutninskem mesu (Agencija Republike Slovenije za okolje, 2019).

Graf 1 Poraba različnih vrst mesa v letu 2019



## 2.6. Prehranska samooskrba

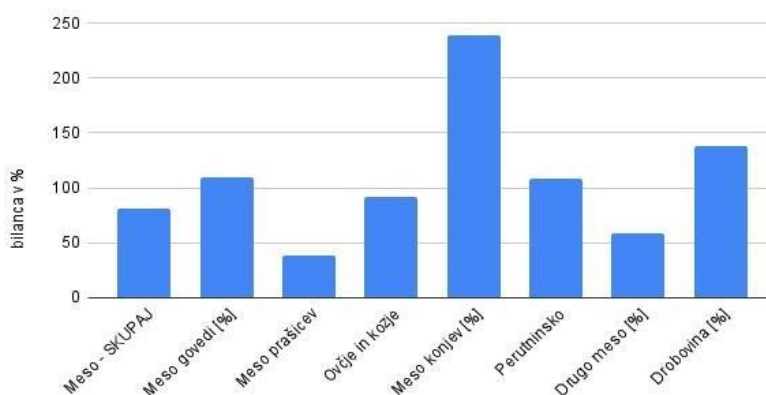
Samooskrba pomeni v širšem smislu “oskrba samega sebe”, v povezavi s terminom prehrana pa pomeni oskrba samega sebe s prehrano. (SSKJ, 2020). Pomeni stanje, ko država proizvede dovolj hrane za potrebo njenega prebivalstva. Prehranska samooskrba se na določenem območju ali v določeni državi zagotavlja preko prehranske verige. Ima posreden kot tudi neposredni vpliv na posameznikovo zdravje, okolje, gospodarstvo, kulturo in varnost. Za državo je pomembna tako iz vidika ekonomske stabilnosti kot tudi iz vidika varnosti v časih, ko uvažanje hrane iz drugih držav ne bi bilo mogoče (Pestotnik, 2014, 15).

### 2.6.1. Samooskrba z mesom v Sloveniji

Statistični urad Slovenije vsako leto zbira podatke o samooskrbi z mesom v Sloveniji. Gre za odstotek mesa, ki ga Slovenci porabimo in je tudi proizvedeno v Sloveniji. Kot je lahko opaženo na spodnjem grafu, smo leta 2018 Slovenci pridelali 80,75 % vsega mesa, ki smo ga porabili. Največje razmerje med porabo in potrošnjo je pri konjskem mesu, saj smo pridelali 239,68% mesa, ki smo ga v Sloveniji porabili. Najmanj pridelamo mesa prašičev in sicer le 38,02%. Meso, ki ga pridelamo v presežkih je tudi meso govedu (109,22%), perutninsko meso (108,90%) in drobovino (138,27%). Bilanca proizvodnje in potrošnje je manjša tudi pri ovčjem in kozjem mesu (92,21%) ter drugem mesu (58,05%). Na tem mestu lahko vidimo, da ima Slovenijana višjo samooskrbo pri tistih vrstah mesa, ki se v vsakodnevni prehrani pojavljajo manj pogosto, kot je na primer meso konjev in drobovina (Agencija Republike Slovenije za okolje, 2019). Kot je moč razbrati iz grafa 2, je največja bilanca med proizvodnjo in potrošnjo mes pri

konjskem mesu, najmanjša pa pri mesu prašičev.

Graf 2 Bilanca proizvodnje in potrošnje mesa v letu 2018



## 2.6.2. Stopnja samooskrbe z drugimi živalskimi produkti

### Jajca

V Sloveniji smo skoraj popolnoma samooskrbni s kokošnjimi jajci, saj že najmanj 18 let nad 90% jajc proizvedemo pri nas. Državljan je leta 2018 povprečno zaužil 10,85 kg jajc kar je skoraj tretjina zaužitega prašičjega mesa na leto. Stanje samooskrbe jajc je stabilno in raven samooskrbe je visoka, kar državljanu Slovenije zagotavlja, da je jajca slovenskega proizvoda, za kar se povzroči manj emisij toplogrednih plinov zaradi transporta (Agencija Republike Slovenije za okolje, 2019).

### Mleko in mlečni proizvodi

Leta 2020 je bilo v Sloveniji namolzenega 634 000 ton mleka. V zadnjih petih letih je stabilna tako količina namolzenega mleka kot tudi oddaja mleka v mlekarne. Nad uvozom prevladuje izvoz, saj je Slovenija že vrsto let samooskrbna. Povprečno je stopnja samooskrbnosti 130%, v letu 2020 pa je bila stopnja samooskrbnosti celo višja in sicer 134 %. Prebivalec Slovenije na leto porabi 208 kg mleka, kar nakazuje na res poudarjeno živalsko prehrano. Ker je potreba po mleku in mlečnih izdelkih v Sloveniji velika, je del mlečne proizvodnje med živinorejo tudi visok. Mlečna proizvodnja predstavlja kar 33,2 % skupne proizvodnje živinoreje (Republika Slovenija GOV.SI, 2021).

## 2.7. Razvoj vegetarijanstva in veganstva

Marsikomu se zdi, da sta vegetarijanstvo in veganstvo pojav zadnjih nekaj let. Res je, da se je pogostost podobnih pojavov zelo povečala z uporabo družbenih omrežij ter lažjim dostopom do medijev marsikje po svetu. Vedno več je tako imenovanih spletnih vplivnikov, ki promovirajo življenje, bolj povezano z naravo, že do te mere, da se marsikomu zdi gibanje že

čisto “mainstream”.

S pogostostjo družbenih omrežij je nastalo mnogo trendov, kot so brezmesni ponedeljek (Meatless Monday), #veganhour (ključnik, ki se doda ob objavah veganskih receptov vsak torek med 19. in 20. uro), Veganuary (veganski januar)... Veganuary se je začel leta 2014 in je vsakoletni izziv za vse, ki si želijo preizkusiti vegansko dieto za cel mesec. Izbira januarja je simbolna, predvsem zaradi občutka novega začetka ter pobožičnih diet. Prvega leta, 2014, je bilo prijavljenih 3300 ljudi, leta 2016 že 23000, do leta 2018 pa celo 168000 (v prijavljene so šteti le tisti, ki so uradno prijavljeni, medtem ko si mnogo drugih izziv zada samih). Leta 2018 je bilo med prijavljenimi kar 84% žensk, 60% pa jih je bilo mlajših od 35 let.

Pravi “trend” nastaja tudi zaradi mnogih znanih oseb, ki se opredeljujejo kot vegetarijanci ali vegani, med njimi: Ellen DeGeneres, Ariana Grande, Liam Hemsworth, Natalie Portman, Ellie Goulding, Woody Harrelson... Prav tako se je v zadnjih letih zelo povečalo število dokumentarcev na to temo, kot so *Cowspiracy*, *Seaspiracy*, *Kiss the Ground*...

V Veliki Britaniji so med letoma 2006 in 2016 opazili 350% porast ljudi, ki se opredeljujejo kot vegani; leta 2016 jih je bilo 542 000. Istega leta je 20% mlajših od 35 let reklo, da so že kdaj poskusili vzdržati vegansko dieto. Pogosti vzroki za to odločitev so skrb za dobrobit živali, skrb za okolje ter skrb za zdravje (The Guardian, 2018).

Med prvimi znanimi evropskimi vegetarijanci je grški matematik Pitagora, ki je živel v 6. stoletju pred našim štetjem. Poznal je zdravstvene prednosti in cenil vegetarijanstvo kot način za mirno sobivanje, ubijanje živali za meso je videl kot škodljivo človeški duši. Do izključitve mesa iz dieta ga je vodila miselnost, da so vse živali ljudem sorodne in podobne. Ta miselnost je precej podobna znanim iz antičnega Egipta iz približno 3200 let pred našim štetjem, ko so posamezniki v določenih verskih skupnostih zavračali meso in oblačila, narejena iz delov živalskih teles. To so delali predvsem zaradi prepričanja o reinkarnaciji in obstoju karme<sup>2</sup>. Še nekaj stoletji po njegovi smrti se je pridevnik *pitagorejski* uporabljal kot sinonim za vegetarijanski, tudi v Rimu, ko so gibanje širili neoplatonistični filozofi, med njimi Plutarh v prvem stoletju našega štetja.

---

<sup>2</sup> dobra in slaba dejanja človeka, ki vplivajo na njegovo usodo ob ponovnem utelešenju” (SSKJ,2014)

V prihodnjih stoletjih je prevladala miselnost Aristotela, ki je prišel do zaključka, da živali obstajajo za korist ljudem, podobno kot sužnji. Tak pogled se je ohranil tudi pri Rimljanih, za človeka pa so za nekaj časa antičnogrške teorije izgubile svoj pomen z uveljavitvijo krščanske vere kot legitimne vere rimskega imperija, ki je zagovarjalo človeško premoč nad naravo (Habjan, 2004, 7).

V mnogih azijskih religijah, kot so hinduizem, džainizem in brahanizem, je bila vzdržnost pred vnosom mesa močno spodbujena. Predvsem lahko to še vedno opazimo v budizmu in hinduizmu, ki spodbujata sočutje do vseh živih bitij ali celo egalitaren odnos med njimi. Prav zaradi teh načel je še danes v Indiji največji delež vegetarijancev na svetu.

V začetkih krščanstva je predvsem prevladala vera v nadvlado človeka nad vsem živim, vendar so vedno obstajale določene verske skupine, ki so temu nasprotovale.

V srednjem veku je bilo vegetarijanstvo, kot ta pojav imenujemo danes, posledica primanjkovanja hrane, predvsem mesa, ne pa prostovoljne odločitve. Med najbolj znanimi razsvetljskimi vegetarijanci, kot jih imenujemo danes, je Leonardo Da Vinci, ki je javno zavračal prehranjevanje z mesom. V razsvetljenstvu so spet odkrili antična razmišljanja o živalih in njihovi bolečini, kar je bilo proti razsvetljski miselnosti in navdušenosti nad osvajanjem novih dežel ter podrejanjem narave. Descartes je med bolj znanimi teoretiki, ki so poskusili znanstveno dokazati, da živali nimajo "duš" in obstajajo le kot naprave, človeku v korist. Proti njemu je stopil britanski filozof John Locke, ki je menil, da so živali inteligentna bitja in da je ravnanje z živalmi v tistem času moralno nesprejemljivo. Med znanimi filozofi tega časa, ki so se spraševali o ravnanju človeka do živali, sta tudi Voltaire in Rousseau. Še najbolj pogost vzrok za vegetarijanstvo v času razsvetljenstva je bilo zdravo življenje, predvsem kot "zdravilo" za prekomerno debelost. V 19. stoletju se je spet spodbujal humanistični pogled, reforme v verah, ter duhovnost, ne le razum, kot v razsvetljenstvu. Slednji je z vegetarijanstvom začel zaradi domnevnega bolj zdravega načina življenja in je bil tudi eden izmed začetnikov društva The Vegetarian Society. Prav tako je poudaril, da je uživanje mesa med višjimi sloji eden izmed razlogov za primanjkovanje hrane v državi. Leta 1847 je bil v Ramsgateu na vzhodu Anglije ustanovljen The Vegetarian Society v povezavi z The Bible Christian Church, ki je bilo gibanje anglikanske cerkve proti uživanju mesa.

V 20. stoletju se močan vpliv na prepoznavnost vegetarijanstva spet seli na vzhod, sploh z delom Mahatme Gandhija, ki je o temi veliko pisal in raziskoval. Na to je vplivala njegova veroizpoved, hinduizem, in tudi vplivi džainizma. Prav vpliv Indije in nekaterih drugih vzhodnjaških kultur je kasneje v stoletju, z vzponom subkulture hipijev, odločilno vplival na

razvoj vegetarijanstva in veganstva. V Veliki Britaniji je med drugo svetovno vojno primanjkovalo mesa in Britance, kot tudi mnoge druge Evropejce, se je spodbujalo h gojenju sadja in zelenjave na vrtovih. Od tu prihaja slogan "Dig for Victory", oz. v slovenščini "Koplji do zmage". V tem času je skoraj popolnoma vegetarijanska dieta preživljala velik del britanskega prebivalstva, a to težko kličemo prostovoljno vegetarijanstvo (The Vegetarian Society).

Kot ugotavlja Montanari (1998), je pridelovanje in uživanje hrane odvisno od naravnih in drugih pogojev, ki določajo razpoložljivost posamezne hrane. Tako izključitev mesa iz prehrane ni vedno etična, zavestna odločitev - severni del Evrope se je skozi zgodovino prehranjeval pretežno z živalskimi sestavinami, južni pa s pretežno rastlinskimi. Prav tako je bilo višje vrednotenje mesa na severu povezano z drugačnim, bolj mrzlim podnebjem in višjimi energetske zahtevami (Habjan, 2004, 7).

## 2.8. Stereotipi, socialna identiteta in tradicije

Vegetarijanci in vegani se pogosto srečujejo z negativnimi komentarji, opazkami in nepotrebnimi prepiri. Pogosto se srečajo na križišču med vizualno socialno identiteto (to, kar se od nas pričakuje) in dejansko socialno identiteto (to, kar dejansko počnemo). Ljudje to razdaljo pogosto premagujejo z upoštevanjem družbenih norm, da bi čim manj odstopali od "povprečja". Vegetarijanci in vegani spadajo med tiste ljudi, ki zaradi svojih vrednot, idej in prepričanj ne želijo slediti družbenim normam. Maja Nemeč je v svojem magistrskem delu z naslovom *Veganstvo na Slovenskem*, pridobila izjave vegank in veganov, vsak izmed njih je bil vprašan po najpogostejših opazkah in odzivih ljudi, ko izvejo, da so vegani. Izprašanke so povedale, da so nekajkrat zamolčale, da so veganke, saj so želele, da jih ljudje spoznajo kot osebo, ki je praktično enaka njim, le da ne je mesa in izdelkov živalskega izvora. Ne želijo bitiv središču pozornosti ali pa ne želijo diskutirati v prepirih z argumenti, ki so jih slišale že mnogokrat. Zavedajo se, da dejstvo, da se ne prehranjujejo tako kot od njih zahtevajo družbene norme zelo vpliva na odnose z ljudmi, ki se prehranjujejo v skladu z družbenimi normami. Obomembi veganske prehrane med mesojedci so vegani pogosto tako deležni posmehovanja, različnih stereotipov, predsodkov, nešteti debat in neželene pozornosti. Naenkrat morajo vegani zagovarjati svoj način življenja in prehranjevanja, medtem ko se mesojedcem nikoli ni treba zagovarjati, zakaj so izbrali takšen način prehrane, ki vključuje uživanje mesa in izdelkov živalskega izvora. Za posameznika lahko to pomeni občutenje stresa, jeze, občutek nespoštovanja in celo zapostavljenosti. Posamezniki se soočajo z mnogimi stereotipi,



najpogostejši se ozirajo na videz in slabše zdravje veganov. Pogosto so označeni kot podhranjene osebe, ki jedo zelo malo, primanjkuje jim beljakovin, kalcija, vitamina B12 in železa. Prisotno je tudi prepričanje, da imajo vegani manj pestro prehrano, medtem ko večina veganov je bolj zdravo in raznoliko hrano. Tudi avtorica sama prizna, da v restavracijah pogosto pove, da je alergična na jajca in mleko, saj je tako posledično deležna prijaznejšega odnosa in razumevanja. Ko pove, da je veganka je nemalokrat žrtev nerazumevanja in “čudnih pogledov”. Še slabši naj bi bil odnos do veganov, ki imajo otroke. Marsikdo je namreč mnenja, da na tak način otroke mučijo, zanemarjajo in slabo skrbijo za njih. Znan je namreč stereotip, da vegani jedo le solato in zelenjavo, njihov način prehranjevanja je znan kot prehranska elita. Vegani naj bi tako zapravili veliko več denarja kot ljudje s tradicionalnim načinom prehranjevanja. V resnici vegani, ki se prehranjujejo s polnovrednimi in nepredelanimi živili kot so žita, stročnice in zelenjava, ne porabijo več denarja, saj so cene naštetih izdelkov stabilnejše in relativno nizke. Težava se pojavi tudi v medijih, saj so negativni članki o veganstvu bolj zastopani. Tako so ljudje bolj obveščeni o ljudeh, ki so poskusili veganstvo, a z neuspehom kot vegani, ki se na tak način prehranjujejo že več let. To še dodatno vpliva na stereotipe in predsodke o veganih. Kljub mnogim težavam omenjenih v magistrskem delu Maje Nemec, je med njo in sogovornicami moč občutiti pozitivno mnenje o veganstvu v prihodnosti. Izprašanke so povedale, da se odprtost do veganov vsako leto izboljša, prav tako je vsako leto tudi širša ponudba veganskih izdelkov, posledično so tudi ljudje mnenja, da jedilnik vegana ne vključuje le solate. Ena izmed sogovornic je celo rekla: “Veganstvo je prihodnost” (Nemec, 2017, 69).

Hrana je velik del nacionalne identitete. Pomembno je kaj jemo, kako jemo, kdaj jemo in s kom jemo. Je vezivo slovenskega naroda in se spreminja najpočasneje izmed vseh delov kulture.

Kulinarika je tako temelj Slovencev, saj si nas večina deli prav slovenske jedi. Pogosto si ljudje ne predstavljajo polne mize dobrot brez potice, kranjske klobase. Tudi nekateri običaji (kot so koline) so v slovenski kulturni zgodovini zapisani skoraj kot del našega naroda in pomemben del naše tradicije. Preko hrane ali procesa hranjenja se izvršuje pripadnost socialnim skupinam kot so vrstniške, subkulturne ali nacionalne. S hrano marsikatere skupine izražajo tudi svojo ideologijo, kjer med različnimi skupinami lahko pride tudi do trenj. Nemalokrat se zgodi, da zato skupina ne uživa hrane druge skupine, jo zaničuje in se na tak način drugi skupini upira. Najpogosteje se zgodi, da se tuje ali alternativna skupina upira dominantni skupini - prav to lahko opazimo med vegani, vegetarijanci in dominantno skupino, ki se zavzema za “domačo” in tradicionalno prehrano. Razumljivo je, da se dominantna skupina počuti ogroženo in zaničuje

skupino z alternativno prehrano. Marsikateremu posamezniku se zato zdi, da ljudje, ki se ne poslužujejo tradicionalne prehrane, ne krepijo slovenske narodne identitete, saj tradicije (vezane na kulinarike) postopoma opuščajo (Mastnak, 2012, 29).

## 2.9. Vegetarijanka, Kang H.

Za širši pogled na problematiko smo se odločili prebrati knjigo južnokorejske avtorice Han Kang iz leta 2007, *Vegetarijanka*. Ko smo za knjigo slišali, se nam je zdelo zanimivo, da v raziskavo vključimo še pogled kulture, ki je precej drugačna od naše, na način življenja, ki odstopa od "normalnega", predvsem zato, ker so skoraj vsi anketiranci iz Slovenije ali vsaj nam bolj znanih kultur. Zgodba se dogaja od časa pisanja, tj. leta 2007, v Seulu. Dogajanje je načeloma bolj zanimivo s psihološkega pogleda, a v uvodu prav tako zasledimo nekaj vzorcev, ki se pogosto pojavljajo ob odločitvi za izključitev mesa iz diete, zato se nam je to vseeno zdelo zanimivo ključiti.

V zgodbi je poudarjenih več vidikov in stereotipov, ki se pojavljajo tudi vsakodnevno. "Kako je lahko tako sebična? - Nisem si predstavljal, da je lahko takšna egoistična in da bo naredila čisto vse, kar ji bo padlo na pamet. Nisem vedel, da je lahko tako iracionalna." Slednji citat ponazori pogosto mnenje, da je odločitev o izključitvi mesa in/ali izdelkov živalskega izvora iz prehrane neutemeljeno in sebično.

"Bral in slišal sem, da je moderno biti vegetarijanec. Ljudje so postajali vegetarijanci iz najrazličnejših razlogov: da bi živeli bolj zdravo, da bi si izboljšali prebavo, se znebili alergij in atopičnega dermatitisa, ali pa zato, da bi varovali okolje. Tudi budistični menihi, ki živijo odmaknjeno, so vegetarijanci, z dobrim razlogom: da ne bi prizadejali bolečine živim bitjem." in "V tujini je veliko doslednih vegetarijancev, in tudi pri nas se že pojavljajo, vsaj tako se mi zdi, in to prav zdaj, ko so mediji kritični do uživanja mesa... Sicer se mi pa zamisel, da nehaš jesti mesto zato, da bi živel dlje, sploh ne zdi napačna." in "v tujini je veliko doslednih vegetarijancev, in tudi pri nas se že pojavljajo, vsaj tako se mi zdi, in to prav zdaj, ko so mediji kritični do uživanja mesa..." Slednji citati izpostavijo, da je morda še najbolj sprejet vzrok za spremembo diete na brezmesno želja po bolj zdravem in daljšem življenju, ne pa moralna odločitev.

"Časi pomanjkanja so mimo." Oseba v zgodbi se je borila v Vietnamski vojni in ta izjava prikazuje miselnost mnogih, da je prehranjevanje brez mesa neprostovoljno, nujno in sprejemljivo le v času krize in pomanjkanja.

## 2.10. Razlogi in vzroki za izključitev mesa iz prehrane

Na odločitev za vegetarijansko oz. vegansko dieto vpliva več dejavnikov: osnovni - cena, dohodek, spol, starost in prehrabena vrednost - ter drugi, kot kultura, vera, rituali, tabuji, navade, družbeni status, raznovrstnost ponudbe, ekologija, težnja po nadzoru, varnosti, izkazovanju ljubezni... Najpogosteje omenjeni razlogi oz. motivi za eno izmed diet, ki ne vključujejo mesa, so: etika, zdravje, duhovnost, okus, neučinkovitost proizvodnje in skrb za okolje (Habjan, 2004, 21).

Ko se pogovarjamo o ljudeh, ki se odločijo za vegetarijansko ali vegansko dieto, se moramo vprašati, zakaj so se odločili za to spremembo. Prav tako se razlikuje odnos družbe do ljudi, ki so se za eno izmed naštetih diet odločili; še pred nekaj desetletji je bil na zahodu razlog, ki se je zdel najbolj družbeno sprejemljiv, željena izguba telesne mase. Ljudje so namreč željo po tem videli kot opravičljivo za trpljenje, kot so videli odrekanje mesu. Prav tako delno sprejemljiv razlog je bil želja po zdravem načinu, čeprav je bilo slednje že precej mejno, saj je bilo videno kot manj opravičljivo za trpljenje. Med ljudmi je torej obstajalo prepričanje, kot pogosto še zdaj, da je vegetarijanstvo sinonimno trpljenju in tako noben cilj, ki v očeh drugih ni opravičljiv za trpljenje, ni sprejemljiv za odrekanje mesu. K temu, da danes na to gledamo precej drugače, vsaj v očeh javnosti, so vplivale spremembe vrednot družbe. Do šestdesetih let prejšnjega stoletja, ko se je razvila subkultura hipijev, je bila skrb za okolje in živali res minimalna. Obstajali so posamezniki, ki so se za vegetarijanstvo odločili zaradi povezanosti z živalmi, a tudi ti so bili hitro označeni kot "hipiji". Danes se na skrb za okolje gleda mnogo bolj resno, sploh zaradi porasta uporabe plastike in ozaveščanja o globalnem segrevanju.

Kljub temu se bolj ali manj vsak vegetarijanec, pesketarijanec ali vegan še danes sooča s podobnimi pomisleki, kot so "Ja, saj vem, globalno segrevanje, ampak jaz ne bi mogel zaradi tega prenehati jesti mesa", ali "Ampak kako dobiš dovolj beljakovin?"

Istočasno in že stoletja prej pa je bil v mnogih drugih delih sveta največji razlog za odrekanje mesu veroizpoved. Tako je marsikje še danes; država z največjim deležem vegetarijanskega prebivalstva je Indija, glavni razlog za to pa je hinduizem. Od vseh prebivalcev države, ki jih je skoraj 1,4 milijarde, se jih med 20% in 39% identificira kot vegetarijancev. Ta delež je zelo nejasen, saj se razlikuje, kaj štejemo v pojem vegetarijanstvo; večina indijskih "vegetarijancev" se sama ne bi označila kot to, saj včasih jedo meso (med hindujci je strogo prepovedano le kravje meso), ali pa mesa ne jedo zaradi finančnega stanja in je videno kot luksuz. Kljub temu da le okoli 6% Indijcev dnevno uživa meso in okoli 40% tedensko, to pri večini težko označimo

kot prostovoljno odločitev (Ramesan, 2021).

### 2.10.1. Skrb za dobrobit živali in etičen pogled

Etični oz. moralni vidik izključevanja mesa iz prehrane posameznika poudarja, da smo ljudje odgovorni za blagostanje vseh živih bitij, med drugim tudi živali (Habjan, 2004, 26). Moralni motiv obsega več različnih in med seboj povezanih področij, kot so nasprotovanje mučenju in ubijanju živali, poudarjanje njihovih pravic in človekove odgovornosti, da jim ne povzroča "nepotrebnega" trpljenja (Beardsworth in Keil, 2001, 269-270). Pogosto je težko ugotoviti, kaj je pri nekemu vzrok, da je meso; je to dejansko želja po preživetju, ali pa le želja po uživanju določenega okusa. Tudi med vegetarijanci in vegani se določeni vzroki zdijo kot bolj sprejemljivi in drugi kot manj. Tardif (1996) govori prav o tem, da je ubijanje živali nemoralno takrat, ko obstaja alternativna rešitev in je za doseg enakega cilja možno uporabiti drugo sredstvo, torej če obstajajo rastline, ki nadomestijo vse potrebne hranilne snovi v mesu, je uživanje mesa nemoralno.

Čeprav je najočitnejši prehranski vidik, pa vegansko gibanje odpira moralne, ideološke in etične dileme, ki jih sprožajo kruti posnetki mesne industrije. V Sloveniji naj bi bilo veganov že okoli pet odstotkov (RTV, 2020).

Pri tem vidiku je v primerjavi z zdravstvenim in finančnim potrebno poudariti še eno stvar; uporaba izdelkov, za katere je morala žival umreti in niso hrana. Med to štejejo oblačila in materiali, kot sta krzno in usnje in vse druge stvari, ki jih je mogoče nadomestiti s tistimi rastlinskega ali umetnega izvora. Tako živo bitje izgubi svoje življenje zaradi estetskih razlogov ali mode drugega bitja - človeka, pred tem pa živi bedno, nesrečno življenje, polno trpljenja in bolečin. S tem se kot neetično vedno pogosteje označuje več dejanj, pri katerih ena vrsta uživa na račun trpljenja druge - med to spada tudi testiranje na živalih, uporaba živali za dosežke znanosti, komercialno živalsko kmetijstvo, živalski vrtovi in lov za komercialne ali športne namene (Habjan, 2004, 27).

Z vsem naštetim lahko preverjamo, v kolikšni meri je motiv za spremembo načina prehranjevanja in s tem tudi življenja pri vegetarijancu oz. veganu tudi etičen. Ravno to, ali je vegetarijanstvo oz. veganstvo le sprememba načina prehranjevanja ali celotnega življenjskega stila, je bistvena razlika med etičnim in okoljskim motivom z zdravstvenim in finančnim.

Povezan s tem je lahko tudi duhovni motiv, ki najpogosteje izvira iz miselnosti ali religij. Izhaja že iz prepričanja o kroženju in preseljevanju duš, kar je značilno predvsem za budizem in

hinduizem. Tudi v srednjem veku so se zaradi želje po dosegu duhovnosti in čistosti posamezniki popolnoma odpovedovali mesu (Habjan, 2004, 32).

Veljalo je za simbol materialnosti in pokvarjenosti, odpoved mesu pa je pomenila brzdanje posameznikove spolne sile in nadzor nad njegovimi seksualnimi željami (Beardsworth in Keil, 1997, 228).

### 2.10.2. Skrb za okolje

Pogosto slišimo argument, da sta vegetarijanstvo in veganstvo nenaravna načina prehranjevanja, saj tako destabiliziramo prehranjevalno verigo in ekosisteme. A možno je podati tudi nasprotno trditev, da smo ljudje sami povečali potrebo po mesu in tako nekajkrat povečali število določenih živalskih vrst na planetu, kar pa spet ni po vzorcu "uravnoveženega" ekosistema. Seveda pa je podobno tudi na drugi strani - hrana, ki jo uživajo vegani, je rezultat poljedelstva in s tem prav tako uničenja pristnega naravnega sistema, prvotnega rastlinstva in živalskih prebivalcev. Prav tako se zaradi živinoreje in tudi gojenja rastlin krči vedno večje dela gozda, kar poudari, da ni bistvena razlika le to, kaj jemo, ampak še bolj, na kakšen način je leto pridobljeno (Habjan, 2004, 27).

Kot smo podrobneje predstavili že v poglavju o vplivu na okolje, obstaja več različnih vidikov, s katerih moramo gledati, preden zatrdimo, da je en način prehranjevanja boljši od drugega. A vsekakor skrb za okolje ostaja eden izmed glavnih razlogov, zaradi katerih se ljudje poslužujejo vegetarijanske, pesketarijanske ali veganske diete - zaradi veliko odpadnih snovi in onesnaževanja okolja ter velike porabe vode, gozda in prostora. Neučinkovito izkoriščanje virov naj bi povečevalo lakoto v manj razvitih državah in povzročilo ekološko škodo. Zahteve Evropejcev in Američanov po govedini in gojenju krmnih rastlin so eden izmed glavnih dejavnikov za krčenje gozda. To vodi do večje erozije zemlje, nastanka puščav, večjega števila poplav in suš. Vse navedeno še vedno najbolj prizadene dežele v razvoju, ki na vse še najmanj vplivajo (Habjan, 2004, 28-30).

### 2.10.3. Zdravje

Zdravje je ena najpomembnejših vrednot zahodne družbe. Posameznik lahko vpliva na svoje zdravje z vsakodnevnimi dejavnostmi, vedenjem, ravnanjem in življenjskim stilom, ki vključuje način prehranjevanja. V zahodni kulturi na meso pogosto gledamo kot na najpomembnejši vir proteinov, železa in še mnogih drugih hranil. A vedno bolj se opozarja tudi na nekatere slabosti uživanja mesa, kot so npr. večje tveganje za nastanek določenih vrst raka, bolezni srca in ožilja,

bolezni ledvic, debelosti, osteoporoze – vse predvsem zaradi (pre)velikih količin maščob in proteinov. Posledično bi naj imeli mesojedci povprečno krajšo življenjsko dobo. Prav tako pa se z mesom prenašajo številne infekcije in okužbe, salmonela, trakulje, paraziti in ostali črvi itd. (Fiddes, 1991, 182-3). Za več od naštetih tveganj sploh ni nujno krivec meso samo, ampak morebitne nevarne snovi v njem zaradi moderne proizvodnje hrane. A podobno je tudi s sadjem – za hitrejšo in bujnejši rast in odganjanje zajedavcev se sadju, zelenjavi in zemlji dodajajo umetni in nevarni dodatki, s čimer se zadnje čase večja pomen ekološko pridelane hrane (Habjan, 2004, 23). Dejstvo je, da živali snovi, za katere mislimo, da jih pridobimo izključno oz. najefektivneje z mesom (določene aminokisliline, vitamine B12, železo, kalcij, cink itd.) pridobijo iz rastlin (Dronjič, 2001). Tako lahko tudi oseba, ki iz svoje prehrane izključuje meso, pridobi potrebno količino prej omenjenih hranil s kombiniranjem različnih rastlin (Habjan, 2004, 22-24).

#### 2.10.4. Želja po izgubi telesne mase

Družba ustvarja idealizirano podobo telesa, ki je rezultat družbenih zahtev in estetskih norm – te so v največji meri odvisne od družbe, v kateri posameznik živi. Posamezniki si želijo lepega, suhega, popolnega, zdravega telesa in to uresničujejo s samonadzorom in disciplino. Tako izbirajo in določajo vrste ter količine zaužite hrane, kar jim lahko pomaga pri uresnitvi ciljev. V zahodni kulturi, kjer je telesni ideal suho, lepo telo, je lahko vegetarijanstvo tudi ena od tehnik hujšanja zaradi manjšega vnosa maščob. Ameriško združenje za prehrano je v preteklosti že opozarjalo na prehranjevalne motnje med ameriškimi najstniki, ki so iz prehrane izključili meso. Mnoge druge raziskave temu tudi nasprotujejo, kar pokaže, da med izključitvijo mesa iz prehrane in motnjami hranjena ni nujno korelacije - je pa res, da se motnje hranjenja lahko pogosteje pojavijo pri posameznikih, ki si tako močno želijo shujšati, da so se za to pripravljene odpovedati tudi mesu (Habjan, 2004, 24).

#### 2.10.5. Finančna primerjava

Dejstvo je, da se problem proizvodnje in distribucije mesa jasno kaže skozi razmerje med bogatim zahodom in revnim vzhodom - na eni strani obilje luksuznega mesa, na drugi pa pomanjkanje in lakota. Obilico hrane, ki je namenjena živini, bi lahko razdelili med ljudi, ki hrano nujno potrebujejo za preživetje, polja, namenjena živini, pa bi se lahko obdelovala, s čimer bi bilo hrane več. A seveda je problem zagotavljanja hrane kompleksen in odvisen od številnih dejavnikov, tudi neenakomernega razvoja med državami (Habjan, 2004, 28).

V raziskavi, ki so jo izvedli Springmann in drugi v 150 različnih državah na svetu, so ugotavljali cenovno dostopnost zdravih in trajnostnih diet. Ko so primerjali stroške sedanjih diet z alternativnimi dietami, so ugotovili, da so stroški zdravih in trajnostnih diet (vegetarijanske, veganske prehrane, ki temeljita na nepredelani hrani) v povprečju 22-34% nižji v državah z višjimi srednjimi prihodki, a 18-29% dražji v državah z nižjimi srednjimi prihodki. Upoštevati moramo razliko v deležu stroškov za različne vrste živil v različno razvitih državah. V razvitejših državah se za meso in mesne izdelke porabi kar do 34% vsega denarja namenjenega za osnovna živila; medtem ko se v manj razvitih državah za meso in mesne izdelke porabi le 11%. V državah se bi znižala tudi količina bioloških odpadkov, ugoden družbeno-ekonomski razvoj in manjši stroški zaradi manjšega vpliva na podnebne spremembe, izboljšanje zdravstvenega varstva. Če to seštejemo, imajo zdravi in trajnostni načini prehranjevanja za 25,29% nižje stroške tudi v državah z nizkimi dohodki. Različice vegetarijanske in veganske prehrane so splošno bolj cenovno ugodne (če upoštevamo, da posamezniki jedo živila kot sestročnice, sadje, zelenjava, oreščki, polnozrnat žitarice in ne procesiranih mesnih alternativ). Za cenovno manj ugodno se izkaže pesketarijanska prehrana (Springmann idr., 2021, 797).

#### 2.10.6. Razlogi, povezani z veroizpovedjo

Kršćanstvo se zavzema za svet miru in je proti nasilju, zato je med kristjani na splošno vse več vegetarijancev. Skrbi jih za vsa bitja in okolje, zato se v skladu z etičnimi določili odločijo za vegetarijanstvo, čeprav vera od njih tega ne zahteva.

V katoliški cerkvi so tudi nekateri meniški redi strogo vegetarijanski - na primer kartuzijani in cistercijani. Karmeliti in nekateri drugi pa so tudi vegetarijanci, razen če je posameznik telesno slaboten ali bolan. Ti redovi živijo na tak način predvsem zaradi vzora puščavskih očetov in ustanoviteljev redov ter zaradi želje po preprostem življenju, samodiscipline.

V pravoslavni cerkvi za vernike ni tako pomemben način prehranjevanja, temveč odpoved mesu med posti. V postnih dneh se pravoslavci največkrat poslužujejo vegetarijanskih jedi.

V protestantski cerkvi, ki je bolj odprta za spremembe kot prejšnji dve, zato je protestantizem bolj naklonjen vegetarijanstvu. Vegetarijanstvo je tako popolnoma sprejeto, saj prehranjevalne navade niso stvar cerkve kot v prejšnjih dveh cerkvah. So celo mnenja, da bi naj verniki uživali meso le, če se izkaže, da je vegetarijanska prehrana nezdrava - v tem primeru je človeško življenje pomembnejše od živalskega (Godec, 2016, 51-57).

Ne glede na to ali smo verni ali ne, bi si vsi morali prizadevati za dobrobit živali. Če ne že iz

etičnega vidika, pa vsaj iz okoljskega. Odnos do živali se lahko kaže tudi v drugih navadah, ki se jih morda niti ne zavedamo. Ena izmed takih navad je tudi uporaba psovka in kletvic v vsakdanjem življenju.

## 2.11. Psovke in kletvice

Poimenovanja za marsikatero žival lahko nastopijo tudi kot psovke, in to v mnogih jezikih. Ko izberemo izraz za žival, da bomo z njim užalili ali prizadeli nekoga, želimo to osebo identificirati z izbrano živaljo in ji pripisati lastnosti te živali (Ljung 2006, 76). Te lastnosti so v vseh primerih mišljene kot negativne za človeka. Najpogosteje je v rabi psovka *prašič*, s katero, želimo poudariti, da je nekdo umazan, nespodoben ali površen. Obstaja celo več izrazov, ki vsi pomenijo prašič, a vsak izraža različno stopnjo vulgarnosti: *svinja*, *prase*, *prasec*, *prastica*. Te besede dobijo negativen pomen le v kontekstu kletvic in takrat štejejo za neprimerne, sicer so nevtralne in nezaznamovane.

Med drugimi psovkami, ki so v slovenščini pogosto v uporabi za moške, so tudi: *bik*, *vol*, *kozel*, *konj*, *tele*, *govedo in opičjak*, s vsemi vedno opisujemo neumnega ali nesramnega moškega. Obstaja tudi psovka *petelin*, s katero opišemo moškega, ki je zelo samozavesten, s psovko *pes oz. pesjan* ponazarjamo zlobnega moškega. Za ženske so pogosto v uporabi iste ali podobne živali, le ženskega spola, kot so: *kokoš oz. kura* in *opica* opisujejo neumno, *krava* neumno ali nesramno, *koza* neumno žensko. Slednja je lahko uporabljena tudi ne slabšalno, ko je mišljena kot ženska, ki se veliko šali in je zabavna. S psovko *podgana* lahko opišemo oba spola, in sicer pomeni osebo, ki ima slab značaj.

Z določenimi živalmi lahko izrazimo tudi visoko stopnjo nečesa, primer tega je pridevnik *svinjsko*, ki pomeni zelo, prav tako pa uporaba samostalnika *pes*, npr. "Danes je vroče kot pes" oz. "Danes je svinjsko mrzlo", "V križu me boli kot pes" oz. "V križu me svinjsko boli". Slednja psovka je lahko uporabljena tudi slabšalno, ko opisujemo, kako nekdo z nečim grdo ravna, npr. "Pustila me je čakati kot psa" (Klemenčič, 2016, 48).

## 3 Restavracije

### 3.1. Manj sprejemljive vrste mesa

Pri raziskavi terena nas je zanimalo, katere nenavadne vrste oz. dele mesa ponujajo v najboljših slovenskih restavracijah. To smo raziskali tako, da smo na spletnih straneh restavracij preleteli



menije. Naredili smo izbor 23 restavracij glede na to, katere so imele jedilni list objavljen na spletni strani.

Na jedilnih listih večih restavracij smo našli ponudbo z vrstami oz. deli mesa, ki v slovenski kulturi spadajo med mejno ali manj sprejemljive, med temi so: fazan, polh, skalni golob, medvedja šapa, žrebiček, jelen, divjačina, goveji jezik, gosja jetra, priželjc, teletina, kunec, divja svinja, žolca.

Seznam restavracij, ki smo jih obravnavali:

- Gostilna As, Ljubljana
- Gostilna Čubr, Komenda
- Gostilna Skaručna, Kranj
- JB restavracija, Ljubljana
- Galerija Okusov, Celje
- Gostilna Franci, Celje
- Gostilna Rajh, Murska Sobota
- Pavus Grad Tabor, Laško
- Restavracija Sedem, Maribor
- Rožmarin, Maribor
- Hiša Franko, Kobarid
- Hiša Torkla, Izola
- Restavracija Pikol, Nova Gorica
- Dvor Jezeršek, Cerklje na Gorenjskem
- Gostilna Krištof, Kranj
- Pr Matičku, Kranj
- Vila Podvin, Radovljica
- Domačija Novak, Dvor
- Gostilna Repovž, Šentjanž
- Gostilna Šekoranja, Brežice
- Pod skednjem – Posestvo Pule, Trebelno
- Restavracija Grad Otočec, Novo Mesto
- Restavracija Tri lučke, Krško

### 3.2. Vegetarijanska in veganska ponudba v ekskluzivnih restavracijah

Skozi raziskavo na spletu objavljenih menijev slovenskih najboljših restavracij smo opazovali tudi, koliko izmed njih ima vegetarijansko ponudbo.

Med 23 preverjenimi ekskluzivnimi restavracijami jih je 15 imelo vegetarijansko oz. vegansko ponudbo. Šteli smo, če so imeli: a) poseben vegetarijanski oz. veganski meni, b) za vsak hod vsaj eno vegetarijansko oz. vegansko možnost, c) izrecno napisano, da se da za vegetarijanski oz. veganski meni dogovoriti vnaprej. Seveda je verjetno, da se da pri večih za to dogovoriti, tudi če nimajo tako napisano na spletni strani, a te hipotetične možnosti v tem primeru nismo šteli - zanimala nas je namreč tudi ozaveščenost o temi.

## 4 Vprašalnik

Med 267 odzivi je 181 (68%) žensk, 75 (28%) moških in 11 (4%) ljudi, ki se opredeljujejo z enim izmed drugih spolov. 78 (29%) jih obiskuje prvi letnik, 85 (32%) drugega, 56 (21%) tretjega in 48 (18%) četrtega.

Vprašalnik je sestavljalo 10 glavnih vprašanj s podvprašanji.

### 4.1. Je kdo, ki ga poznaš, pesketarijanec, vegetarijanec ali vegan?

Vprašanja so bila zastavljena ločeno za vsakega od navedenih treh načinov prehranjevanja. Od 201 respondentov, ki je na vsa vprašanja odgovoril, jih 105 (52%) pozna vsaj enega pesketarijanca, 190 (95%) vsaj enega vegetarijanca in 111 (55%) vsaj enega vegana. Za vsak pritrdilen odgovor se je pojavilo podvprašanje: Kaj meniš o izbranem načinu prehranjevanja znanca?

S tem smo preverjali odnos do ljudi, ki se odločijo prehranjevati na način, ki ne spada v »normalo«.

Od 105 respondentov, ki so odgovorili, da poznajo vsaj enega pesketarijanca, jih je 60 (57%) odgovorilo, da jim je vseeno, kako se znanec prehranjuje. 1 respondent (1%) je odgovoril, da mu način prehranjevanja znanca ni všeč, zato ga poskuša prepričati, da je kot on. 3 respondentom (3%) izbran način prehranjevanja znanca ni všeč, a mu tega ne povedo. 41 respondentov (39%) znanca podpira pri njegovi izbiri hrane.

Od 190 respondentov, ki so odgovorili, da poznajo vegetarijanca, jih je 106 (56%) odgovorilo, da jim je vseeno, kako se znanec prehranjuje. 2 respondentov (1%) sta odgovorila, da jima način prehranjevanja znanca ni všeč, zato ga poskušata prepričati, da je kot onadva. 4 respondentom (2%) izbran način prehranjevanja znanca ni všeč, a mu tega ne povedo. 78 respondentov (41%)

znanca podpira pri njegovi izbiri hrane.

Od 111 respondentov, ki so odgovorili, da poznajo vegana, jih je 54 (49%) odgovorilo, da jim je vseeno, kako se znanec prehranjuje. 1 respondent (1%) je odgovoril, da mu način prehranjevanja znanca ni všeč, zato ga poskuša prepričati, da je kot on. 8 respondentom (7%) izbran način prehranjevanja znanca ni všeč, a mu tega ne povedo. 48 respondentov (43%) znanca podpira pri njegovi izbiri hrane. Kot je razvidno iz grafa 3, večina respondentov pozna vsaj enega pesketarijanca, vegetarijanca ali vegana.

*Graf 3 Delež respondentov, ki poznajo vsaj enega pesketarijanca, vegetarijanca ali vegana*



#### 4.2. Kakšno je tvoje mnenje o vegetarijanstvu, veganstvu ali pesketarijanstvu? Se ti zdi primeren način prehranjevanja?

Drugo vprašanje je bilo odprtega tipa. Respondente smo spraševali po njihovem mnenju o omenjenih načinih prehranjevanja na ravni moralnega, zdravstvenega, finančnega in okoljskega vidika. Dobili smo 201 odziv, od tega smo jih ročno analizirali 140, ki jih je na vprašanje odgovorilo iz vsaj enega izmed navedenih vidikov. S tem vprašanjem smo raziskovali stereotipe in mnenja respondentov o navedenih načinih prehranjevanja, prav tako pa smo v odgovorih naleteli na nove poglede, na katere smo sami morda pozabili oz. jim nismo posvetili dovolj časa v teoretičnem delu.

Zapisali sva si stališča oz. mnenja, ki so jih respondenti omenili v odgovoru in tudi nekatera posebna mnenja, ki sicer niso šteta med 140. Med temi se je pogosto pojavilo, da je respondentom vseeno za prehranjevanje drugih, dokler jim tega ne vsiljujejo.

V odgovorih so se respondenti med seboj najbolj strinjali o tem, da so izbrani načini prehranjevanja boljši za okolje – to jih je omenilo 58 (41%), in da je izključitev mesa in/ali izdelkov živalskega izvora iz prehrane posameznika moralno boljša odločitev – to jih je omenilo 49 (35%).

Kar se tiče zdravstvenega vidika so bili odgovori precej raznoliki. 42 (30%) jih je reklo, da izključitev mesa in/ali izdelkov živalskega izvora iz prehrane ne vpliva na zdravje posameznika,

40 (29%), da je to slabše za zdravje, 23 (16%) pa, da je to za zdravje boljše. Preostali niso komentirali zdravstvenega vidika. Ogromno jih je omenilo, da je možno zaužiti dovolj pomembnih hranil, a se je treba za to bolj potruditi – slednje smo šteli kot vseeno za zdravje, nekateri pa so omenili, da so glede tega načina prehranjevanja skeptični, kar smo šteli pod slabše za zdravje. Več jih je poudarilo, da so športniki in jim je tako uživanje mesa najpreprostejši način, da si zagotovijo dovolj beljakovin.

Prav tako jih je razmeroma veliko omenilo, da so omenjeni načini prehranjevanja dražji – to je omenilo 40 (29%) dijakov, 11 (8%) jih je reklo, da je ceneje, 7 (5%) pa, da je cena približno ista ali pa ne opažajo večjih razlik. Preostali niso komentirali finančnega vidika. Veliko jih je omenilo, da so določeni nadomestki, ki posnemajo meso, precej dragi, a sploh ne nujni, saj lahko za podobna hranila uživamo tudi več stročnic, ki pa so finančno ugodnejše kot meso. Nekateri so omenili tudi dodaten strošek, ki ga prinesejo prehranska dopolnila, kot so vitamin B12, cink, železo itd., ki pogosto lahko primanjkujejo pri navedenih dietah.

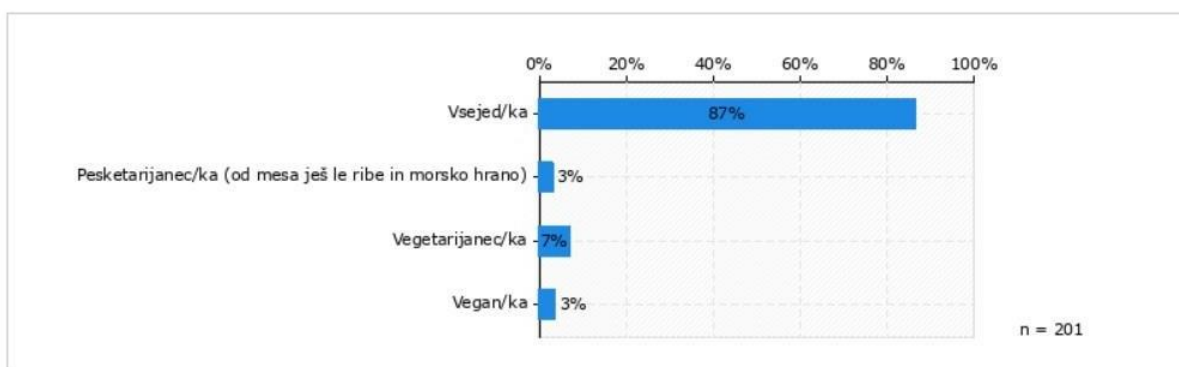
Vidik, glede katerega so se respondenti v odgovorih med seboj najbolj strinjali, je okoljski. 58 (41%) jih je mnenja, da je izključitev mesa in/ali izdelkov živalskega izvora iz prehrane za okolje boljša odločitev kot uživanje le-teh. Predvsem so omenili veliko emisij ogljikovega dioksida v mesni industriji in negativen vpliv na vodne vire. 3 (2%) so rekli, da so omenjeni načini prehranjevanja slabši za okolje - vsi so za razlog podali, da bi, če bi bilo več pesketarijancev, vegetarijancev in veganov, potrebovali več obdelovalnih površin in posledično bi bil pojav izsekavanja gozdov še pogostejši. 8 respondentov (6%) je mnenja, da omenjeni načini niso nujno boljši za okolje. Večina jih je poudarila, da je bolj kot uživanje naštetih izdelkov ali ne pomembno, na kak način so pridobljeni – tudi meso ekološkega izvora naj ne bi imelo tako slabih posledic za okolje, lahko pa jih ima obdelano sadje ali zelenjava, ki je gojeno več tisoč kilometrov stran in mora biti uvoženo z letali.

49 respondentov (35%) je mnenja, da je izključitev mesa in/ali izdelkov živalskega izvora iz prehrane moralno boljša odločitev. Večina jih poudarja, da pri tem ni potrebno ubijanje živali - več jih je tudi omenilo, da to spoštujejo, a se sami zaradi tega ne bi mogli odpovedati mesu iz različnih razlogov. 12 respondentov (9%), ki so odgovorili, da izključitev mesa in/ali izdelkov živalskega izvora iz prehrane ni nujno moralno boljša odločitev, je večinoma poudarjalo, da je prehranjevanje z živalmi človeku v naravi in je potrebno za ohranjanje stabilne prehranske verige. Nekaj jih je prav tako omenilo možnost etičnega klanja s skrajšanim trpljenjem za žival.

#### 4.3. Kot kaj se opredeljuješ: vsejed, pesketarijanec, vegetarijanec ali vegan?

Tudi na to vprašanje je odgovoril 201 respondent. Med temi je 174 (87%) vsejedcev, 6 (3%) pesketarijancev, 14 (7%) vegetarijancev in 7 (3%) veganov. Tako je med respondenti 13% tistih, ki vsaj do neke mere striktno izključujejo meso in/ali živalske izdelke iz svoje prehrane. Tistim, ki so odgovorili, da so pesketarijanci, vegetarijanci ali vegani, sta se pojavili dve podvprašanji: Kaj te je vodilo k tej odločitvi? in Od kdaj je izbrana dieta del tvojega življenja? Tistim, ki so odgovorili, da so vsejedci, so se pojavila nova vprašanja, s katerimi smo ugotavljali, koliko bi jih jedlo vrste mesa, ki v slovenski kulturi načeloma niso čisto sprejete. Kot je razvidno iz grafa 4, je velika večina respondentov vsejedih, skupno 27 pa jih je pesketarijancev, vegetarijancev ali veganov – od tega največ vegetarijancev, 14.

*Graf 4 Delež vsejedih, pesketarijskih, vegetarijskih in veganskih respondentov*



#### VZROKI ZA PESKETARIJANSKO, VEGETARIJANSKO ALI VEGANSKO DIETO

To vprašanje smo spremljali ločeno glede na to, kdo se opredeli kot pesketarijanec, vegetarijanec ali vegan. Respondenti so lahko označili največ 3 možnosti.

Možnosti so bile: skrb za dobrobit živali, skrb za naravo in okolje, skrb za zdravje, želja po izgubi telesne mase, cenejše prehranjevanje, razlogi, povezani z veroizpovedjo in to, da jim ni všeč okusa mesa in/ali živalskih izdelkov ter še drugo.

Pri tistih, ki se opredeljujejo kot pesketarijanci – odgovarjalo jih je 6 (2%) - je kot razlog prevladovala skrb za dobrobit živali, to so označili vsi. 4 (67%) so označili tudi skrb za naravo in okolje, prav tako 4 (67%) to, da jim ni všeč okus mesa, 1 (17%) pa je označil skrb za zdravje. Pri tistih, ki se opredeljujejo kot vegetarijanci – odgovarjalo jih je 14 (7%) – je prav tako kot razlog prevladala skrb za dobrobit živali, slednje jih je označilo 11 (79%). 10 (71%) jih je označilo še skrb za naravo in okolje, 7 (50%) to, da jim ni všeč okus mesa in živalskih izdelkov,

4 (29%) so označili skrb za zdravje. 1 (7%) je označil razloge, povezane z veroizpovedjo, prav tako pa je 1 pod »drugo« napisal, da so že starši vegetarijanci in je tako posledično prevzel ta načela.

Pri tistih, ki se opredeljujejo kot vegani – odgovarjalo jih je 7 (3%) – je prav tako kot razlog prevladala skrb za dobrobit živali, slednje so označili vsi. 5 (71%) jih je označilo skrb za naravo in okolje, 4 (57%) skrb za zdravje, 3 (43%) to, da jim ni všeč okus mesa in izdelkov živalskega izvora, 1 (14%) pa željo po izgubi telesne mase.

#### OD KDAJ JE IZBRANA DIETA DEL TVOJEGA ŽIVLJENJA

Respondente, ki so označili, da so pesketarijanci, vegetarijanci ali vegani – skupno 13% vseh respondentov - smo prav tako ločeno vprašali, od kdaj je izbrana dieta del njihovega življenja. Možnosti so bile: od rojstva (tj. na ta način so jih vzgajali starši), pred najstniškimi leti, a so to odločitev naredili starši; pred najstniškimi leti, a so to odločitev naredili sami; od najstniških let, to odločitev so naredili starši ali od najstniških let, to odločitev so naredili sami.

Vseh 6 pesketarijancev, ki so odgovarjali, je označilo, da so pesketarijanci od najstniških let in so to odločitev naredili sami.

Med 14 vegetarijanci, ki so odgovorili na vprašanje, jih je 7 (50%) vegetarijancev od najstniških let in so to odločitev naredili sami. 3 (21%) so vegetarijanci že od rojstva, prav tako 3 (21%) pa že od prednajstniških let in so prav tako to odločitev naredili sami. 1 (7%) je vegetarijanec od prednajstniških let in so to odločitev naredili starši.

Med 7 vegani, ki so odgovarjali, so 4 (57%) vegani od najstniških let in so to odločitev naredili sami. 2 (29%) sta vegana od najstniških let in sta to odločitev naredila sama, 1 (14%) pa je vegan že od rojstva.

V grafu 5 je seštevek vegetarijancev, pesketarijancev in veganov – velika večina se je za spremembo prehrane odločila sama v najstniških letih.

*Graf 5 Ponazoritev, od kdaj se respondenti, ki so pesketarijanci, vegetarijanci ali vegani, prehranjujejo na ta način*



#### KATERE VRSTE MESA BI JEDEL

174 respondentom (87%), ki so se opredelili kot vsejedi, smo postavili še nekaj podvprašanj. Zanimalo nas je, katere izmed vrst mesa, ki v Sloveniji niso čisto sprejete in pogoste, bi jedli. Vključili smo jagnjetino, teletino, divjačino, konjsko meso, pasje meso, zajčje meso in meso ščurkov.

Jagnjetino bi jedlo 118 (68%) vsejedih respondentov, teletino 138 (79%), divjačino 111 (64%), konjsko meso 61 (35%), pasje meso 13 (7%), zajčje meso 92 (53%), mačje meso 12 (7%) in meso ščurkov 40 (23%).

#### 4.4. Ješ izdelke živalskega izvora?

V četrtem vprašanju smo respondente vprašali, ali jedo izdelke živalskega izvora. Možnosti smo ločili na vse izdelke živalskega izvora, le mleko in mlečne izdelke, le jajca, le med, nič od tega zaradi veganskega načina prehranjevanja in nič od tega zaradi alergij. Zanimalo nas je, kako pogosto se dijaki trudijo uživati manj izdelkov živalskega izvora in tudi kako pogosto je to zaradi lastne odločitve, ne pa zaradi alergij ali zdravstvenih zahtev. Na to vprašanje smo dobili 201 odgovor.

182 dijakov je vse navedene izdelke živalskega izvora, 5 jih je le mleko in mlečne izdelke, 1 je le jajca, 2 pa jesta le med. 7 jih ne je nobenih izdelkov živalskega izvora, saj so vegani, 4 pa ne jejo nobenih izdelkov živalskega izvora, saj so alergični.

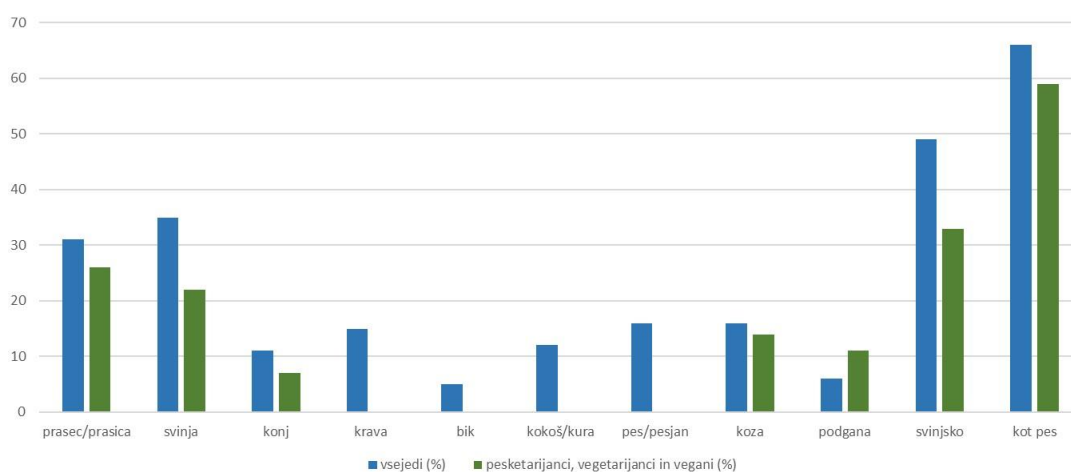
#### 4.5. Kako pogosto uporabljaš naslednje psovke?

V tem vprašanju smo preverjali, kako pogosto dijaki uporabljajo psovke, ki vključujejo živali. Zanimalo nas je tudi, ali se pogostost uporabe omenjenih psovok razlikuje med dijaki, ki so vsejedi in tistimi, ki ne jedo mesa in/ali izdelkov živalskega izvora - združeno je bilo pesketarijancev, vegetarijancev in veganov 27. Na to vprašanje je odgovoril 201 dijak. Za vsako

psovko so imeli izbor vrednosti 1 do 5; 5-zelo pogosto, 1-zelo redko). V prvem odstavku pri vsaki psovki je skupen seštevek vsakega 201 respondenta, vključno s pesketarijanci, vegetarijanci in vegani, v drugem pa ločeno le pesketarijanci, vegetarijanci in vegani - delež je izračunan med vsemi 27.

V grafu 6 je naveden delež respondentov, ki pogosto ali občasno uporabljajo omenjene psovke (stopnje 3, 4 in 5). Kot lahko razberemo iz grafa 6, povprečno res respondenti, ki jedo meso, pogosteje uporabljajo našteje psovke - izjema je le ena, psovko *podgana* pogosteje uporabljajo respondenti, ki iz svoje prehrane izključujejo meso in/ali mesne izdelke.

*Graf 6 Primerjava pogostosti uporabe živalskih psovke med vsejedi in tistimi, ki iz svoje prehrane izključujejo meso in/ali živalske izdelke*



### *Prasec/prasica*

Psovko »prasec« oz. »prasica« pogosto uporablja 34 respondentov (17%), redko 139 respondentov (69%), in občasno 28 respondentov (14%).

Med pesketarijanci, vegetarijanci in vegani, ki so odgovorili na to vprašanje, 4 respondenti (15%) psovko uporabljajo pogosto, 20 (74%) redko, in 3 respondenti (11%) občasno.

### *Svinja*

Psovko »svinja« pogosto uporablja 40 respondentov (20%), redko 130 respondentov (65%) in občasno 31 respondentov (15%).

Med pesketarijanci, vegetarijanci in vegani, ki so odgovorili na to vprašanje, 3 respondenti (11%) psovko uporabljajo pogosto, 21 (78%) redko, in 3 respondenti (11%) občasno.

### *Konj*

Psovko »konj« pogosto uporablja 11 respondentov (5%), redko 178 respondentov (89%) in občasno 12 respondentov (6%).



Med pesketarjanci, vegetarjanci in vegani, ki so odgovorili na to vprašanje, 2 respondenta (7%) psovko uporabljata pogosto, 25 (93%) redko in noben respondent občasno.

### *Krava*

Psovko »krava« pogosto uporablja 12 respondentov (6%), redko 170 respondentov (85%) in občasno 19 respondentov (9%).

Med pesketarjanci, vegetarjanci in vegani, ki so odgovorili na to vprašanje, vsi respondenti psovko uporabljajo redko.

### *Bik*

Psovko »bik« pogosto uporablja 6 respondentov (3%), redko 191 respondentov (95%) in občasno 4 respondenti (2%).

Med pesketarjanci, vegetarjanci in vegani, ki so odgovorili na to vprašanje, vsi respondenti psovko uporabljajo redko.

### *Kokoš/kura*

Psovko »kokoš« oz. »kura« pogosto uporablja 13 respondentov (6%), redko 176 respondentov (88%) in občasno 12 respondentov (6%).

Med pesketarjanci, vegetarjanci in vegani, ki so odgovorili na to vprašanje, vsi respondenti psovko uporabljajo redko.

### *Pes/pesjan*

Psovko »pes« oz. »pesjan« pogosto uporablja 16 respondentov (8%), redko 168 respondentov (84%) in občasno 17 respondentov (8%).

Med pesketarjanci, vegetarjanci in vegani, ki so odgovorili na to vprašanje, noben respondent psovke ne uporablja pogosto, 26 respondentov (96%) jo uporablja redko in 1 respondent (4%) občasno.

### *Koza*

Psovko »koza« pogosto uporablja 16 respondentov (8%), redko 169 respondentov (84%) in občasno 16 respondentov (8%).

Med pesketarjanci, vegetarjanci in vegani, ki so odgovorili na to vprašanje, 2 respondenta (7%) psovko uporabljata pogosto, 23 (85%) redko in 2 respondenta (7%) občasno.

### *Podgana*

Psovko »podgana« pogosto uporablja 10 respondentov (5%), redko 189 respondentov (94%) in občasno 2 respondenta (1%).

Med pesketarjanci, vegetarjanci in vegani, ki so odgovorili na to vprašanje, 2 respondenta (7%) psovko uporabljata pogosto, 24 (89%) redko in 1 respondent (4%) občasno.

### *Pridevnik »svinjsko«*

Pridevnik »svinjsko« kot v primeru »V hrbtu me svinjsko boli« pogosto uporablja 63 respondentov (31%), redko 103 respondentov (51%) in občasno 35 respondentov (18%).

Med pesketarjanci, vegetarjanci in vegani, ki so odgovorili na to vprašanje, 7 respondentov (26%) pridevnik "svinjsko" uporablja pogosto, 18 (67%) redko in 2 respondenta (7%) občasno.

### *Primer z besedo »pes«*

Primer z besedo »pes« kot v primeru »Vročje je kot pes« pogosto uporablja 87 respondentov (43%), redko 69 respondentov (34%) in občasno 45 respondentov (23%).

Med pesketarjanci, vegetarjanci in vegani, ki so odgovorili na to vprašanje, 7 respondentov (26%) primer z besedo "pes" uporablja pogosto, 11 (41%) redko in 9 respondentov (33%) občasno.

## **4.6. Kako močno se strinjaš z naslednjimi trditvami?**

V šestem vprašanju smo postavili 15 trditev, za katere so morali dijaki na lestvici od 1 do 5 določiti, kako močno se z njimi strinjajo; 5-popolnoma se strinjam, 1-sploh se ne strinjam. Na vsa vprašanja je odgovoril 201 respondent.

Trditve, ki smo jih postavili:

*Vegetarijanska, veganska in pesketarijanska prehrana so dražja izbira od prehrane, ki vključuje meso in izdelke živalskega izvora.*

S to trditvijo se 98 respondentov (49%) strinja, 40 (20%) se jih z njo ne strinja, 63 respondentov (31%) pa je neodločenih.

*Prehrana, ki ne vključuje mesa in/ali izdelkov živalskega izvora, je nezdrava.*

S to trditvijo se 24 respondentov (12%) strinja, 145 (72%) se jih z njo ne strinja, 32 respondentov (16%) pa je neodločenih.

*Družina bi sprejela mojo odločitev, da postanem vegetarijanec, vegan ali pesketarijanec. S to trditvijo se 115 respondentov (57%) strinja, 45 (22%) se jih z njo ne strinja, 41 respondentov (21%) pa je neodločenih.*

*Ne razumem, zakaj kdo ne bi jedel mesa.*

S to trditvijo se 23 respondentov (11%) strinja, 156 (78%) se jih z njo ne strinja, 22 respondentov (11%) pa je neodločenih.

*Ne razumem, zakaj kdo ne bi jedel drugih izdelkov živalskega izvora (mleka in mlečnih izdelkov, jajc in medu).*

S to trditvijo se 51 respondentov (25%) strinja, 120 (60%) se jih z njo ne strinja, 30 respondentov (15%) pa je neodločenih.

*Verjamem, da lažje izgubiš telesno maso, če ne ješ mesa in/ali živalskih izdelkov.*

S to trditvijo se 40 respondentov (20%) strinja, 114 (57%) se jih z njo ne strinja, 47 respondentov (23%) pa je neodločenih.

*Tisti, ki ne jedo mesa in/ali živalskih izdelkov, uničujejo tradicije.*

S to trditvijo se 10 respondentov (5%) strinja, 179 (89%) se jih z njo ne strinja, 12 respondentov (6%) pa je neodločenih.

*Izključitev mesa in/ali izdelkov živalskega izvora je moralno boljša odločitev.*

S to trditvijo se 76 respondentov (37%) strinja, 79 (39%) se jih z njo ne strinja, 46 respondentov (24%) pa je neodločenih.

*Izključitev mesa in/ali izdelkov živalskega izvora iz naših diet je boljša za naravo in okolje kot prehranjevanje z naštetim.*

S to trditvijo se 96 respondentov (48%) strinja, 72 (36%) se jih z njo ne strinja, 33 respondentov (16%) pa je neodločenih.

*Nimam problema z ubijanjem živali za hrano, če so bile za to vzgojene.*

S to trditvijo se 58 respondentov (29%) strinja, 90 (45%) se jih z njo ne strinja, 53 respondentov (26%) pa je neodločenih.

*Menim, da je bolj sprejemljivo, da si ljudje, ki jedo meso, le to ujamejo sami in tako ne podpirajo večjih klavnic.*

S to trditvijo se 44 respondentov (22%) strinja, 119 (59%) se jih z njo ne strinja, 38

respondentov (19%) pa je neodločenih.

*Vzgajanje otrok z vegansko dieto bi moralo biti zakonsko prepovedano.*

S to trditvijo se 58 respondentov (29%) strinja, 108 (54%) se jih z njo ne strinja, 35 respondentov (17%) pa je neodločenih.

*Pripravljen sem kdaj preizkusiti vegetarijansko, vegansko ali pesketarijansko dieto.*

S to trditvijo se 144 respondentov (72%) strinja, 34 (17%) se jih z njo ne strinja, 23 respondentov (11%) pa je neodločenih.

*Kdor se opredeljuje kot vegan, vegetarijanec ali pesketarijanec, ne sme nositi oblačil ali drugih izdelkov iz živali, ki niso hrana.*

S to trditvijo se 74 respondentov (37%) strinja, 95 (47%) se jih z njo ne strinja, 32 respondentov (16%) pa je neodločenih.

*Pesketarijanci, vegetarijanci in vegani imajo bolj pusto in dolgočasno prehrano kot tisti, ki jedo tudi meso in izdelke živalskega izvora.*

S to trditvijo se 43 respondentov (21%) strinja, 127 (63%) se jih z njo ne strinja, 31 respondentov (16%) pa je neodločenih.

## 5 Naročanje malice na naši šoli

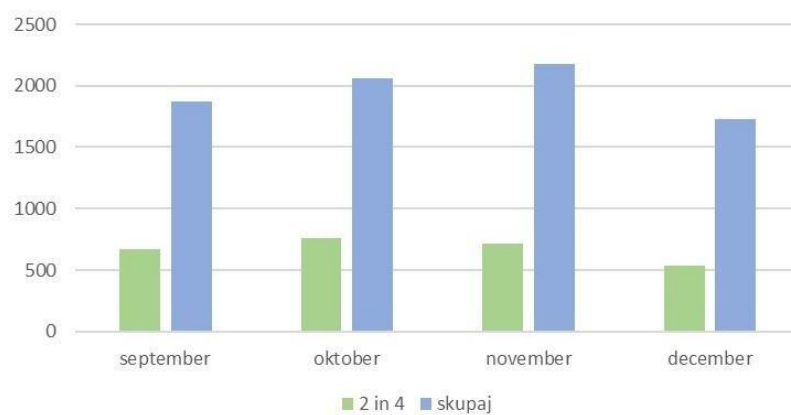
Na mariborski gimnaziji lahko vsak dan za malico izbiramo med 5-6 meniji, vsak dan pa imamo tudi vegetarijansko in vegansko možnost. To sta menija 2 in 4, ki se izmenjujeta med tem, kateri je vegetarijanski ali veganski, eden topel, drugi hladen.

Zanimalo nas je, kolikšen delež dijakov na omenjeni gimnaziji se je v časovnem obdobju september-december 2021 odločil za katerega izmed naštetih menijev.

Ugotovili smo, da sta menija naročena pogosteje, kot smo predvidevali. Opazimo dokajpodoben delež med meseci. Seveda je pogosto naročanje vegetarijanskega oz. veganskega menija lahko povezano tudi z drugimi dejavniki, pogosto vključujejo več zelenjave in so manjtradicionalni, kar lahko pritegne tudi marsikaterega vsejeda.

Na grafu 7 je seštevek 2. in 4. menija, primerjan s seštevkom vseh menijev skupaj.

Graf 7 Pogostost naročanja vegetarijanskih in veganskih menijev v primerjavi z vsemi skupno (september - december 2021)



## 6 Razprava

**H<sub>1</sub>:** *Predvidevamo, da so dijaki mnenja, da je prehranjevanje s hrano, ki izključuje meso in/ali izdelke živalskega izvora dražje.*

201 respondentov je s trditvijo v anketnem vprašalniku: *Vegetarijanska, veganska in pesketarijanska prehrana so dražja izbira od prehrane, ki vključuje meso in izdelke živalskega izvora* lahko izrazili strinjanje na petstopenjski lestvici. 98 respondentov (49%) se s to trditvijo strinja, 63 (31%) je neodločenih, 40 (20%) se jih ne strinja. Le petina respondentov se s to trditvijo ne strinja, kar pomeni, da menijo, da je prehrana, ki izključuje meso in/ali izdelke živalskega izvora cenejša. Skoraj polovica respondentov je mnenja, da je takšna prehrana dražja. Tudi pri drugem vprašanju, ki je bilo odprtega tipa, je slaba tretjina respondentov omenila, da so mnenja, da so omenjeni načini prehranjevanja dražji. Tudi pri vegetarijancih/veganih/pesketarijancih ni nihče od respondentov označil odgovora s katerim bi potrdil, da se je za izbrano dieto odločil zaradi ugodnejšega prehranjevanja. Prvo hipotezo lahko potrdimo.

**H<sub>2</sub>:** *Predvidevamo, da so dijaki mnenja, da je prehranjevanje s hrano, ki izključuje meso in/ali izdelke živalskega izvora, slabše za posameznikovo zdravje.*

Pri trditvi: *prehrana, ki ne vključuje mesa in/ali izdelkov živalskega izvora, je nezdrava*, v anketnem vprašalniku se skoraj tri četrtine respondentov s to trditvijo ne strinja. S trditvijo se strinja le dobra desetina respondentov. Pri drugem vprašanju, ki je odprtega tipa, so respondenti izrazili različna mnenja. Slaba tretjina (30%) je izrazila, da meni, da omenjene prehrane na zdravje ne vplivajo. Nekaj manj respondentov (29%) je izrazilo, da so omenjene prehrane za posameznikovo zdravje manj primerne. Veliko respondentov je mnenja, da morajo vegetarijanci/vegani/pesketarijanci biti bolj pozorni, da s hrano uživajo dovolj pomembnih hranil. Tako so respondenti na petstopenjski lestvici izrazili mnenje, da se jim veganska/vegetarijanska/pesketarijanska ne zdi nezdrava. Dobra polovica respondentov se ne strinja, da z neuživanjem mesa in/ali živalskih izdelkov, lažje izgubiš telesno maso. Na odprtem tipu vprašanja pa je večina menila, da takšne prehrane na zdravje nimajo večjega vpliva ali da imajo negativen vpliv. Ker pri odprtem vprašanju niso vsi respondenti izrazili mnenja glede vpliva alternativnih diet na zdravje in malega vzorca respondentov, te hipoteze ne moremo popolnoma ovreči niti popolnoma potrditi.

**H<sub>3</sub>:** *Predvidevamo, da so dijaki mnenja, da je prehranjevanje s hrano, ki izključujemeso in/ali izdelke živalskega izvora bolj ekološko.*

Pri zaprtem tipu anketnega vprašanja so respondenti s petstopenjsko lestvico izrazili strinjanje oziroma nestrinjanje z naslednjo trditvijo: *izključitev mesa in/ali izdelkov živalskega izvora iz naših diet je boljša za naravo in okolje kot prehranjevanje z naštetim*. S to trditvijo se strinja skoraj polovica respondentov, tretjina se z njo ne strinja in le slaba petina trditvi ne nasprotuje in se z njo ne strinja. Tudi pri drugem vprašanju sta dobri dve petini respondentov izrazili mnenje, da je izključitev mesa in/ali izdelkov živalskega izvora iz prehrane boljša odločitev za okolje. Menili so, da prehranjevanje z mesom povečuje količino emisij ogljikovega dioksida in ima negativen vpliv na vodne vire. Veliko jih je tudi omenilo, da je bolj kot uživanje mesa in izdelkov živalskega izvora ali ne, pomembno na kakšen način so živila pridobljena. To hipotezo smo preverili tudi med vzroki za pesketarijansko, vegetarijansko ali vegansko prehrano med respondenti. Dve tretjini pesketarijancev sta za vzrok za izbiro pesketarijanske prehrane označili skrb za naravo in okolje. Slabe tri četrtine vegetarijancev je tudi označilo vzrok za izbiro le-te prehrane prav skrb za naravo in okolje. Tudi slabe tri četrtine veganov so vzrok za izbiro veganske prehrane izbrale skrb za naravo in okolje.

Zaradi večinskega strinjanja respondentov, da je prehrana, ki izključuje meso in/ali izdelke živalskega izvora lahko tretjo hipotezo potrdimo.

**H4:** *Predvidevamo, da so dijaki mnenja, da je prehranjevanje s hrano, ki izključuje meso in/ali izdelke živalskega izvora moralno boljša odločitev.*

S to trditvijo se je v anketnem vprašalniku strinja dobra tretjina respondentov (37%), tretjina pa se z njo ne strinja (39%). Pri vprašanju odprtega tipa je o moralni odločitvi alternativnih prehran odgovarjalo 61 respondentov. Respondenti se v večini strinjajo, da je izključitev mesa in/ali mesa izdelkov živalskega izvora iz prehrane moralno boljša odločitev. Ker se več respondentov strinja s tem, da je takšna prehrana moralno boljša odločitev, lahko to hipotezo potrdimo.

**H5:** *Predvidevamo, da imajo dijaki stereotipe, da je prehranjevanje s hrano, ki izključuje meso in/ali izdelke živalskega izvora, pusto, dolgočasno in uničuje tradicije.*

Skoraj devet desetih respondentov meni, da ljudje, ki ne jedo mesa in/ali živalskih izdelkov, ne uničujejo tradicij. Prav tako slabi dve tretjini respondentov meni, da prehrana vegetarijancev, pesketarijancev in veganov ni bolj pusta od prehrana z mesom in izdelki živalskega izvora. Ker se večina respondentov ne strinja s trditvama o pustosti in dolgočasnosti alternativnih prehran in uničevanjem tradicije z alternativnimi prehranami, lahko peto hipotezo ovržemo.

**H6:** *Predvidevamo, da dijaki, ki se identificirajo kot vegetarijanci, vegani ali pesketarijanci, redkeje uporabljajo psovke, ki vključujejo imena živali, kot tisti, ki jedo tudi meso in druge izdelke živalskega izvora.*

Med pesketarijanci, vegetarijanci in vegani jih kletvico prasec/prasica pogosto in občasno uporablja le četrtina (26%), pri vseh respondentih, to kletvico pogosto in občasno pa slaba tretjina (31%). Psovko svinja uporablja dobra tretjina (35%) vseh respondentov pogosto in občasno, in le četrtina (22%) vegetarijancev/veganov/pesketarijancev.

Psovko konj uporablja desetina vseh respondentov (11%) in slaba desetina (7%) vegetarijancev/veganov/pesketarijancev. Psovko krava pogosto in občasno uporablja dobra desetina vseh respondentov (15%) in nihče od vegetarijancev/veganov/pesketarijancev. Psovko bik pogosto in občasno uporablja le dvajsetina vsejedcev (5%) in nihče od vegetarijancev/veganov/pesketarijancev. Psovko kokoš/kura občasno in pogosto uporablja dobro desetino vseh respondentov (12%) in nihče od vegetarijancev/veganov/pesketarijancev. Psovko pes/pesjan pogosto in občasno uporablja dobra desetina respondentov (16%) in slaba dvajsetina (4%) od vegetarijancev/veganov/pesketarijancev. Psovko koza pogosto in občasno uporablja dobra desetina respondentov (16%) in tudi dobra desetina (14%) vegetarijancev, veganov in pesketarijancev. Pridevnik "svinjsko" pogosto in občasno uporablja slaba polovica respondentov (49%) in tretjina (33%) vegetarijancev/veganov/pesketarijancev. Primeri z besedo "pes" uporabljata pogosto in občasno dve tretjini (66%) respondentov in slabi dve tretjini (59%) vegetarijancev/veganov/pesketarijancev.

Ker vegetarijanci/vegan/pesketarijanci psovke povezane z živalmi uporabljajo redkeje, lahko šesto hipotezo potrdimo.

**H7:** *Predvidevamo, da sta prevladujoča razloga za vegetarijansko, vegansko ali pesketarijansko dieto med dijaki skrb za dobrobit živali ter skrb za naravo in okolje.*

Dve tretjini pesketarijancev (67%) so se za izbrano prehrano odločili zaradi skrbi za naravo in okolje, dvem tretjinam (67%) ni všeč okus mesa, slabi petini (17%) pa so izbrali skrb za zdravje. Skoraj štiri petine (79%) vegetarijancev se je za izbrano prehrano odločilo zaradi skrbi za dobrobit živali, slabe tri četrtine (71%) pa zaradi skrbi za naravo in okolje. Vsi vegani so označili skrb za dobrobit živali, slabe tri četrtine (71%) jih je tudi označilo skrb za naravo in okolje. Večina vegetarijancev/pesketarijancev/veganov je za razlog za izbiro prehrane označila skrb za dobrobit živali in skrb za naravo in okolje. Sedmo hipotezo lahko potrdimo.

**H8:** *Dijaki mariborske gimnazije se poslužujejo vegetarijanstva oz. veganstva v manjšini.* Med respondenti je skoraj devet desetih (87%) vsejedih, 3% respondentov je pesketarijancev, 7% vegetarijancev in 3% veganov. Tudi pri analizi šolskih malic smo ugotovili, da se vegetarijanskih in veganskih obrokov dijaki poslužujejo v manjšini, a je delež le-teh višji kot delež respondentov, ki se opredeljujejo kot vegetarijanci/vegan/pesketarijanci. Tudi z analizo



naročanja na šolske malice smo dobili vpogled v vključevanje brezmesnih obrokov v okolju respondentov. Vegetarijanskih in veganskih obrokov se respondenti in njihovi vrstniki poslužujejo v manjšini. Njihov delež je sicer večji kot delež vegetarijancev, pesketarijancev in veganov med respondenti vprašalnika, kar pomeni, da se brezmesnih obrokov poslužujejo tudi vsejedi in jih odsotnost mesa ne odvrne. Vegetarijanci, pesketarijanci in vegani so med respondenti v manjšini, zato lahko hipotezo potrdimo.

## 6.2. Primerjava z že obstoječimi viri

Ugotovitve, do katerih smo prišli pri hipotezi 7, smo primerjali z že obstoječimi ugotovitvami. To se nam je zdelo pomembno, saj je vegetarijanstvo tema, na katero marsikdo gleda kot na nekaj modernega, neutemeljenega, kot trend. Naše ugotovitve smo primerjali z dvema ugotovitvama, kot je prikazano v tabeli 2.

**H7:** *Predvidevamo, da sta prevladujoča razloga za vegetarijansko, vegansko ali pesketarijansko dieto med dijaki, skrb za dobrobit živali ter skrb za naravo in okolje.*

*Tabela 2 Primerjava naših z že obstoječimi ugotovitvami*

<b>Avtor</b>	<b>Leto</b>	<b>Ugotovitev</b>	<b>Naša ugotovitev</b>
Urška Habjan	2004	najpogostejši vzroki: etika, zdravje, duhovnost, okus, neučinkovitost proizvodnje in skrb za okolje	najpogostejši vzroki: etika, skrb za okolje, okus mesa
Alan Beardsworth in Teresa Keil	1992	najpogostejši vzroki: etika, zdravje, okus, okolje	

Najpogostejši vzroki za izključitev mesa in/ali izdelkov živalskega izvora iz prehrane, ki smo jih ugotovili med 27 respondenti, ki so vegetarijanci, vegani ali pesketarijanci, so etika oz. skrb za dobrobit živali, skrb za okolje in dejstvo, da respondentom okus mesa ni všeč.

Obe raziskavi sta precej starejši od naše. Prav s tem namenom smo te ugotovitve primerjali z našimi, saj smo ugotovili, da so si najpogostejši vzroki za izključitev mesa in/ali izdelkov

živalskega izvora iz prehrane, ugotovljeni v različnih raziskavah, zelo podobni. Prav tako se vsi glavni vzroki pokrivajo s prvimi definiranimi temelji vegetarijanstva v antični Grčiji, kar nam pove, da glavni vzroki za vegetarijanstvo, kasneje tudi veganstvo, ostajajo isti in zakoreninjeni v človeku, niso le trend ali modna muha, kot so pogosto predstavljeni.

## 7 Zaključek

Zavedamo se, da vse raziskave, ki smo jih opravili, niso reprezentativne za celotno populacijo in jih ne moremo posplošiti že na vse dijake naše šole, kaj šele na širšo populacijo. Uporabljali smo metodo vprašalnika v času, ko jih v e-poštne nabiralnike dobimo po pet na dan in verjamemo, da se vzorec respondentov spremeni že s tem, kdo jih redno rešuje in kdo ne. Če bi hoteli dobiti reprezentativen vzorec za našo gimnazijo, bi morali imeti enak delež po spolih in letnikih, kar je težko doseči, saj je že na šoli delež deklet in fantov zelo neenakomerno porazdeljen. Prav tako bi morali poskrbeti, da so ti dijaki res naključno izbrani, v našem primeru se lahko osebno med seboj razlikujejo že tisti, ki vprašalnike redno rešujejo, in tisti, ki jih ne. Najbolje bi torej bilo, da bi po razredih razdelili vprašalnike dijakom čisto naključno, isto število fantom in dekletom, prav tako enakomerno število dijakov po letnikih.

Zavedamo se, da tudi pristop do preučevanja vegetarijanskih možnosti v ekskluzivnih restavracijah ni popoln in čisto reprezentativen. Že to, kar restavracije uvršča med "ekskluzivne", je lahko vprašljivo, prav tako pa se moramo zavedati, da bi najverjetneje v vsaki izmed omenjenih restavracij lahko dobili vegetarijanski meni, če bi se zanj vnaprej dogovorili. A te možnosti nismo upoštevali v glavnem iz tega razloga, da nas je zanimala tudi ozaveščenost o temi sami in občutek potrebe, da to sploh dodajo v jedilnik. V dodatnem času bi lahko pregledali še večje število restavracij, še tiste, ki menijev nimajo objavljenih na spletni strani, pa po njih povprašali. Določili bi lahko tudi kriterije, ki restavracijo uvrščajo med "ekskluzivne" in bi tako lahko tudi ugotovitve podkrepili z močnejšimi utemeljitvami. Dodaten vidik, ki smo ga želeli raziskati, a nam je zanj zmanjkalo časa, je to, od kod restavracije pridobijo meso - je le-to lokalnega izvora in imajo restavracije posebne dogovore s kmetijami, ali pa je meso uvoženo, neznanega izvora. Prav slednji vidik se nam zdi zelo pomemben, sploh ko poudarjamo ekološki in moralni vidik uživanja mesa - oba se lahko precej spremenita glede na to, na kak način je meso pridobljeno.

Tudi vpogled v pogostost naročanja določenih menijev na mariborski gimnaziji ni popolnoma reprezentativen. Tudi vegetarijanski in vegetarijanski meni, za katera sva pridobili podatke, seveda nista omejena le na vegetarijance in vegane. Pogosta sta že v drugih elementih drugačna od drugih menijev, npr. sta manj tradicionalna in vključujeta več zelenjave. Čisto možno je, da je več vsejedcem, ki redno naročajo enega ali oba omenjena menija, prepričalo kaj drugega kot le to, da sta brezmesna. Prav tako je na šoli pogosto kupovanje malice v bližnjih pekarnah in trgovinah, tudi zaradi tega lahko v podatkih zaznamo drugačen delež vegetarijanskih in

veganskih malic, kot smo v vprašalniku ugotovili delež samih vegetarijancev in veganov na šoli. Vseeno se nam je zdel ta pogled zanimiv in uporaben, saj z njegovo pomočjo vidimo, kako pripravljene so dijaki jesti brezmesne obroke, tudi če niso pesketarijanci, vegetarijanci ali vegani.

Pri vprašanju v vprašalniku, s katerim smo ugotavljali, kako pogosto respondenti uporabljajo določene psovke z imeni živali in ali se to število razlikuje pri veganih, pesketarijancih in vegetarijancih, smo dobili pričakovano rezultate, a zaradi majhnega števila vegetarijancev, veganov in pesketarijancev rezultatov ne moremo posploševati. Res so rezultati pokazali, da vse razen ene psovke vegetarijanci, vegani in pesketarijanci izrečejo redkeje, kot drugi dijaki, a je raziskava bolj pokazala, da jih vsi na splošno izrečejo precej redko in so v primerjavi, kdo jih izreče pogosteje, v igri zelo majhna števila. Prav tako gre pri vseh vprašanjih, a sploh pri tem, za intraspekcijsko, ki nikoli ni popolnoma objektivna - v resnici obstaja možnost, da neko besedo posameznik izreče redkeje ali pogosteje, kot se tega sam zaveda. Bolj natančne rezultate bi nam dala ekstraspekcijska, ko bi govor respondentov nekaj časa spremljali in poslušali, kako pogosto besede resnično izrečejo. Tudi tu bi bilo pomembno dodati, v kakšni situaciji se je posameznik znašel, ko je to besedo izgovoril, posledično bi videli tudi, kakšno čustveno konotacijo ima določena psovka, kar je nujno za razumevanje posameznikovega odnosa do živali. Še vedno se nam zdi primerno, da to temo vključimo tudi v sociološko raziskovalno nalogo, saj jezik predstavlja enega ključnih delov socialne identitete posameznika in pokaže mnenje in odnos posameznika do teme, o kateri govori, in v našem primeru do živali, imena katerih so uporabljena v psovkah.

Zdelo se nam je uporabno, da naredimo več raziskav, ne le vprašalnika. Predvsem zato, ker nobena posamično ni popolnoma reprezentativna; pri vprašalniku je problem, da je premajhen delež pesketarijancev, vegetarijancev in veganov, da bi odgovore lahko vsaj približno posplošili. Pri prehrani je prav tako problem, da vegetarijanskih in veganskih menijev ne naročajo le vegetarijanci in vegani, tako ne dobimo realnega deleža vegetarijancev in veganov na šoli - pri tem vsaj delno pomaga vprašalnik. Tudi raziskava o ekskluzivnih restavracijah ne poroča reprezentativno o poznavanju in ozaveščenosti o vegetarijanstvu in veganstvu, a vsaj pokaže, kako se je spremenil pogled ljudi na hrano - ni nujno, da je meso v vsakem obroku in tudi gurmanske obroke lahko pripravimo brez njega. Zavrača mnoge stereotipe, da je hrana brez mesa pusta in dolgočasna. Tako s povezovanjem vseh treh dobimo širši pogled na problematiko,

prav tako pa z vsako metodo izpostavimo tudi slabosti drugih.

Zdi se nam, da nam je uspelo prikazati več pogledov na problematiko. Izpostavili smo glavno stvar, ki nakazuje, da problem res ni črno-bel - vsaj z ekološkega vidika. To je dejstvo, da za okolje sploh ni nujno problem to, da jemo meso, ampak način, na katerega je pridobljeno, ki je pa večinoma res bolj škodljivo, kot način pridobivanja in uvažanja sadja in zelenjave. Prav tako pa se pogosto zavemo, da ima tudi gojenje sadja in zelenjave lahko precej negativen vpliv na okolje, če se ne trudimo, da kupujemo lokalno. To je bistvena okoljska razlika med mesojedno prehrano in prehrano, ki izključuje meso in/ali izdelke živalskega izvora.

Izpostavili smo tudi pogoste stereotipe in s pomočjo vprašalnika preverjali, ali so dejansko tako pogosti, kot se nam zdijo, ali ne. Tudi s vprašanjem o pogostosti uporabe živalskih psov smo pokazali, da so si tudi ljudje, ki iz svoje prehrane izključujejo in/ali živalske izdelke, med seboj zelo različni in je analiza takšne stvari, kot je govor, v tem primeru zelo težka - pogosto prav zaradi tega, ker je vpliv okolja in privzgoje večji in bolj trajen, kot odločitev, ki jo posameznik najpogosteje naredi najhitreje v najstniških letih.

Med raziskovanjem se nam je torej zazdelo, da na stvari, kot so psovke, res odločitev, narejena v najstniških letih, ne vpliva tako hitro. Problematiko bi lahko podrobneje raziskali le, če bi se poglobili še v družinsko življenje in ozadje respondenta. Zato se nam zdi res pomembno, da prakse, ki učijo spoštovanja do živali in planeta, še bolj vključimo že v šolo otrok. Sploh ne trdimo, da bi morali vsi vrtci zagotavljati le brezmesno prehrano, ampak otrokom na preprost način pojasniti, zakaj stvari so, kot so ter kako jih lahko pri sebi spremenijo, če imajo to željo - s čimer ni nič narobe. Prav tako smo bili ob raziskavi naročenih šolskih malic zelo pozitivno presenečeni, saj je dnevno naročenih zelo veliko brezmesnih malic glede na delež dijakov, ki se opredeljujejo kot vegetarijanci, vegani ali pesketarijanci. To nam pove, da tudi za mesojedca ni nujno, da v vsakem obroku je meso. Pogosto slišimo za ljudi, ki zase rečejo, da ne bi mogli biti vegetarijanci, vegetarijanci ali pesketarijanci, ker imajo preveč radi en sam produkt, npr. sir, pršut... Tako se ljudem pogosto zdi, da je bolje iti na »vse ali nič«, čeprav bi okolju zelo pomagali že s tem, da mesa ne jedo le en dan tedensko, ali pa ne jedo večine drugih živalskih produktov. Zdi se nam pomembno, da poudarimo to zmerno sredino, saj ekstremi marsikoga odvrta in tako minimalno pripomoremo k stanju okolja. Mesojedci ob "napadu" stereotipnega vegana prepogosto preidejo v defenzivo in iz svojega znanja izkopavajo še tako daljne argumente, ki sploh nimajo strukture. Pomembno je, da otroke naučimo, da so predsodki

neutemeljeni in v vsakem načinu prehranjevanja lahko najdemo kaj slabega, a tudi dobrega. Primer dobre prakse je že dejstvo, da slovenski vrtci za prehrano otrok zelo dobro poskrbijo in kuhajo s kvalitetnimi, lokalnimi sestavinami - tako zmanjšamo tudi negativen vpliv mesa na naš planet. Planet nam že dolgo sporoča, da ni prav, kako delamo z njim, in čas je, da o tem nekaj naredimo - ne z napadom in ofenzivo na drug drugega, ampak s poznavanjem različnim vidikov in iskanjem vmesne poti, ki nam, kot družbi, lahko edino pomaga.

*“Nenasilje vodi do najvišje etike, ki je cilj vsake evolucije. Dokler ne prenehamo škodovati vsem drugim bitjem, smo še vedno divjaki.”*

*~ Thomas A. Edison*

## Družbena odgovornost

Močno se zavedamo družbene odgovornosti, ki jo nosimo s svojo raziskovalno nalogo, to je bil tudi povod za izbiro teme. Čeprav smo raziskovalci vegetarijanci in pesketarijanci, si želimo to prikazati na pravi način in ne črno-belo, kot se pogosto pojavlja v medijih in na družbenih omrežjih. Prav to je vzrok, da toliko ljudi odvrta takoj, ko o vegetarijanstvu ali veganstvu že samo slišijo. Pogosto pozabimo, da samo zato, ker je vpliv ene stvari prikazan kot negativen, še ne pomeni, da je vpliv drugih vedno pozitiven. Točno tako smo pri raziskovanju za to raziskovalno nalogo ugotovili, da ljudje pogosto pozabijo, da pogovor o tem, kaj je boljše in kaj slabše za okolje, ne more potekati brez da omenimo razliko med ekološko pridelavo in uvažanjem. V tem primeru lahko ima ekološka živinoreja veliko manj negativen vpliv na okolje kot uvažanje sadja in zelenjave iz lokacij, ki so več tisoč kilometrov stran in za to potrebujemo letala. To je le eden izmed primerov, ki dokaže, da korelacija ne obstaja vedno le po eni poti in je vedno ogromno dejavnikov, ki nanjo vplivajo in v medijih ter na socialnih omrežjih nanje pogosto pozabimo.

Naša želja že v teoretičnem delu je bila seveda raziskati in predstaviti vpliv mesa, a tudi posledic, ki pridejo z večanjem vegetarijanstva, saj smo se sami pogosto ujeli v zmedi in propagandi z ene ali druge strani. Najpomembnejši del je, da se zavedamo, da v nobenem primeru ni resnica čisto črno-bela in tako npr. nekdo, ki je meso, ni nujno moralno slabši in tako tudi nekdo, ki ga ne je, ni samodejno moralno superioren. Vedno so vmesne poti in stvari, ki so za vpliv pomembnejše, kot je v primeru najine raziskovalne naloge razlika med uvažanjem in ekološko pridelavo.

## Viri in literatura

Andersen, K in Kuhn, K. 2014. *Cowspiracy* [dokumentarni film]. San Francisco: A.U.M. Films.

Agencija Republike Slovenije za okolje. (2019). *Potrošnja hrane - proteini živalskega izvora*. Citirano 10.1.2022 z <http://kazalci.arso.gov.si/sl/content/potrosnja-hrane-proteini-zivalskegaizvora?tid=6>

Allen, P. (11.8.2020). *What would happen if everyone went vegan?* BBC Good Food. Citirano 21.1.2022 z <https://www.bbcgoodfood.com/howto/guide/what-would-worldlook-if-everyone-went-vegan>

Battaglia Richi, E in drugi. (2016). *Health Risks Associated with Meat Consumption: A Review of Epidemiological Studies*. Verlag Hans Huber. <https://doi.org/10.1024/0300-9831/a000224>

BBC News. (10.8.2016). *Italy proposal to jail vegans who impose diet on children*. Citirano 7.12.2021 z <https://www.bbc.com/news/world-europe-37034619>

Biswas, S. (4.4.2018). *The myth of the Indian vegetarian nation*. BBC News. Citirano 12.11.2021 z <https://www.bbc.com/news/world-asia-india-43581122>

Cavalieri, P. (2006). *Živalsko vprašanje: za razširjeno teorijo človekovih pravic*. Ljubljana: Krtina.

Earle, M in drugi. (2019). *Effects of visually associating animals with meat on antivegan/vegetarian attitudes and meat consumption willingness*. University of Kent. <https://doi.org/10.1177/1368430219861848>

FAO. (2006). *Livestock's Long Shadow: Environmental Issues and Options*. <ftp://ftp.fao.org/docrep/fao/010/a0701e/a0701e.pdf>

FAO. (2010). *Global Forest Resources Assessment 2010*. <https://www.fao.org/3/i1757e/i1757e.pdf>

FAO. (2011). *World Livestock 2011 - Livestock in food security*. <https://www.fao.org/3/i2373e/i2373e.pdf>

FAO. (2013). *The state of food and agriculture 2013*. <https://www.fao.org/3/i3300e/i3300e.pdf>

Gaber, T. (2017). *Diskriminacija veganov v različnih socialnih okoljih* (magistrsko delo). Fakulteta za družbene vede Univerze v Ljubljani.



[http://dk.fdv.unilj.si/magistrska\\_dela\\_2/pdfs/mb22\\_gaber-tina.pdf](http://dk.fdv.unilj.si/magistrska_dela_2/pdfs/mb22_gaber-tina.pdf)

Godfray, C in drugi. (2018). Meat consumption, health, and the environment. *Science*.  
<https://doi.org/10.1126/science.aam5324>

Golja, T. (2015). *Vplivi živinoreje na okolje: varnostni izziv 21. stoletja* (diplomsko delo). Fakulteta za družbene vede Univerze v Ljubljani.  
[http://dk.fdv.unilj.si/diplomska\\_dela\\_1/pdfs/mb11\\_golja-teo.pdf](http://dk.fdv.unilj.si/diplomska_dela_1/pdfs/mb11_golja-teo.pdf)

Gray, R. (12.2.2020). *Why the vegan diet is not always green*. BBC Future. Citirano 24.1.2022 z <https://www.bbc.com/future/article/20200211-why-the-vegan-diet-is-not-always-green>

Habjan, U. (2004). *Vegetarijanstvo kot življenjski stil* (diplomsko delo). Fakulteta za družbene vede Univerze v Ljubljani. <http://dk.fdv.uni-lj.si/dela/Habjan-Urska.PDF>

Hancox, D. (25.8.2021). *The unstoppable rise of veganism: how a fringe movement went mainstream*. The Guardian. Citirano 21.1.2022 z <https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2018/apr/01/vegans-are-coming-millennials-health-climate-change-animal-welfare>

Joy, M., & Harari, Y. N. (2020). *Why We Love Dogs, Eat Pigs, and Wear Cows: An Introduction to Carnism, 10th Anniversary Edition* (Enlarged/Expanded, 10th Anniversary ed.). Red Wheel.

Joy, M., & Robbins, J. (2011). *Why We Love Dogs, Eat Pigs, and Wear Cows: An Introduction to Carnism* (Reprint ed.). Red Wheel.

Kanerva, M. (2013). *Meat consumption in Europe: Issues, trends and debates*. Universität Bremen.  
[https://www.researchgate.net/publication/237844793\\_Meat\\_consumption\\_in\\_Europe\\_Issues\\_trends\\_and\\_debates](https://www.researchgate.net/publication/237844793_Meat_consumption_in_Europe_Issues_trends_and_debates)

Kang, H. (2021). *Vegetarijanka* (1. izdaja). Ljubljana: Mladinska knjiga Založba.

karma. (2014). V *Fran/SSKJ* (2. izdaja). ISJFR ZRC SAZU. <https://fran.si/130/sskj-slovar-slovenskega-knjiznega-jezika/3552043/karma?FilteredDictionaryIds=130&View=1&Query=karma>

Klemenčič, I. (2016). *Kletvice in psovke v slovenskih tiskanih medijih* (diplomsko delo). Fakulteta za družbene vede Univerze v Ljubljani.  
<http://dk.fdv.unilj.si/diplomska/pdfs/klemencic-iva.pdf>

Mastnak, T. (2012). *Hrana kot sredstvo potrjevanja slovenske nacionalne identitete* (diplomsko delo). Fakulteta za družbene vede Univerze v Ljubljani.

[http://dk.fdv.unilj.si/diplomska\\_dela\\_1/pdfs/mb11\\_mastnak-tina.pdf](http://dk.fdv.unilj.si/diplomska_dela_1/pdfs/mb11_mastnak-tina.pdf)

Medicinska fakulteta univerze v Ljubljani. (2010–2022). malnutricija. V *Slovenski medicinski slovar*. <https://www.termania.net/slovarji/slovenski-medicinskislovar/5525669/malnutricija?query=malnutricija&SearchIn=All>

Montanari, M., Kos, D., & Mesec, P. (1998). *Lakota in izobilje*. Založba /\*cf.

Naik, A., & Bullett, J. (26.5.2021). *Are vegans and vegetarians destroying the planet?* Greenpeace UK. Citirano 10.2.2022 z <https://www.greenpeace.org.uk/news/soyameat-vegetarian-vegan/>

Nemec, M. (2017). *Veganstvo na Slovenskem* (magistrsko delo). Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani. [http://vegan.si/files/6415/1631/7288/Veganstvo na Slovenskem Maja Nemec 2017 .pdf](http://vegan.si/files/6415/1631/7288/Veganstvo_na_Slovenskem_Maja_Nemec_2017.pdf)

NIJZ. (2010). *Vegetarijanska in veganska prehrana otrok v vzgojno-izobraževalnih ustanovah*. <https://www.nijz.si/sl/vegetarijanska-in-veganska-prehrana-otrok-vvzgojno-izobrazevalnih-ustanovah>

Pestotnik, J. (2014). *Prehranska samooskrba Republike Slovenije v okviru Evropske unije* (diplomsko delo). Fakulteta za družbene vede Univerze v Ljubljani. [http://dk.fdv.uni-lj.si/diplomska\\_dela\\_1/pdfs/mb11\\_pestotnik-jure.pdf](http://dk.fdv.uni-lj.si/diplomska_dela_1/pdfs/mb11_pestotnik-jure.pdf)

Pirš, A. (25.2.2020). *Že pet odstotkov Slovencev naj bi bilo veganov*. RTVSLO.si. Citirano 1.3.2022 z <https://www.rtvsllo.si/slovenija/ze-pet-odstotkov-slovencev-naj-bibilo-veganov/515424>

Platto, S in drugi. (2021). History of the COVID-19 pandemic: Origin, explosion, worldwide spreading. *ScienceDirect*. <https://doi.org/10.1016/j.bbrc.2020.10.087>

Ramesan, R. (3.2.2021). *India Has 70%+ Non-Vegetarian Population But Is Considered Vegetarian; Why?* ED Times. Citirano 12.11.2021 z <https://edtimes.in/india-has-70-non-vegetarian-population-but-is-consideredvegetarian-why/>

Ryder, R. (1983). *Victims of Science*. Open Gate Press.

Ryder, R. (1989). *Animal Revolution: Changing Attitudes Towards Speciesism*. Blackwell Pub.

samooskrba. (2014). V *Fran/SSKJ* (2. izdaja). ISJFR ZRC SAZU. <https://fran.si/130/sskj-slovar-slovenskega-knjiznega-jezika/3594159/samooskrba?FilteredDictionaryIds=130&View=1&Query=samooskrb>

[a](#)

Segen's Medical Dictionary. (2011). *Water Footprint*.  
<https://medicaldictionary.thefreedictionary.com/Water+Footprint>

Singer, P. (2009). *Animal Liberation: The Definitive Classic of the Animal Movement* (Updated ed.). Harper Perennial Modern Classics.

Springmann, M in drugi. (2021). The global and regional costs of healthy and sustainable dietary patterns: a modelling study. *Lancet Planet Health*.  
[https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(21\)00251-5](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00251-5)

Škorjanc, M. (2014). *Veganstvo kot odgovor na specizem* (Zaključna naloga). Fakulteta za matematiko, naravoslovje in informacijske tehnologije Univerze na Primorskem. [https://www.famnit.upr.si/files/zakljucna\\_dela\\_repo/180](https://www.famnit.upr.si/files/zakljucna_dela_repo/180)

Štuva, S. (2013). *Dialog antropologije z etiko živali (vloga živali znotraj antropologije)*. Univerza na Primorskem.  
<https://zdjp.si/wpcontent/uploads/2016/05/stuva.pdf>

The Vegetarian Society. (1.3.2019). *World History of Vegetarianism*. Vegetarian Society. Citirano 7.1.2022 z <https://vegsoc.org/about-us/world-history-ofvegetarianism/>

Thornton, P in drugi. (2014). *Climate variability and vulnerability to climate change: a review*. John Wiley & Sons Ltd. <https://doi.org/10.1111/gcb.12581>

Vanham, D., & Mekonnen, M. M. (2021). The scarcity-weighted water footprint provides unreliable water sustainability scoring. *ScienceDirect*.  
<https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S0048969720375239?token=1D9D215A5B52>

Velebit, B in drugi. (2015). Transmission of Common Foodborne Viruses by Meat Products. *ScienceDirect*, 304–307. <https://doi.org/10.1016/j.profoo.2015.09.069>

Vuković, B. (2.4.2019). *Top 50: najboljše restavracije v Sloveniji*. City Magazine. Citirano 7.1.2022 z <https://citymagazine.si/top-50-najboljse-restavracije-v-sloveniji/>

# Priloge

## PRILOGA 1: Anketni vprašalnik

### Q1 - Kot kateri spol se opredeljuješ?

- ženski
- moški
- drugo

### Q2 - Kateri letnik obiskuješ?

- Prvi
- Drugi
- Tretji
- Četrty

### Q3 - Je kdo, ki ga poznaš, pesketarijanec/ka (od mesa jé le ribe)?

- Da
- Ne

IF (1) Q3 = [1] ( Da )

### Q4 - Kaj meniš o izbranem načinu prehranjevanja znanca/ke?

- Vseeno mi je, kako se prehranjuje.
- Ni mi všeč, zato ga/jo poskušam prepričati, naj jé kot jaz (prehrana, ki vključuje meso in/ali izdelke živalskega izvora).
- Ni mi všeč, a mu/ji ne povem.
- Podpiram ga/jo pri njegovi izbiri hrane.

### Q5 - Je kdo, ki ga/jo poznaš, vegetarijanec/ka?

- Da
- Ne

IF (2) Q5 = [1] ( Da )

### Q6 - Kaj meniš o izbranem načinu prehranjevanja znanca/ke?

- Vseeno mi je, kako se prehranjuje.
- Ni mi všeč, zato ga/jo poskušam prepričati, naj jé kot jaz (prehrana, ki vključuje meso in/ali izdelke živalskega izvora).
- Ni mi všeč, a mu/ji ne povem.
- Podpiram ga/jo pri njegovi izbiri hrane.

### Q7 - Je kdo, ki ga poznaš, vegan/ka?

- Da
- Ne

IF (3) Q7 = [1] ( Da )

### Q8 - Kaj meniš o izbranem načinu prehranjevanja znanca/ke?

- Vseeno mi je, kako se prehranjuje.
- Ni mi všeč, zato ga/jo poskušam prepričati, naj jé kot jaz (prehrana, ki vključuje meso in/ali

izdelke živalskega izvora).

- Ni mi všeč, a mu/ji ne povem.
- Podpiram ga/jo pri njegovi izbiri hrane.

**Q9 - Kakšno je tvoje mnenje o vegetarijanstvu, veganstvu ali pesketarijanstvu? Se ti zdi primeren način prehranjevanja? (zanima naju tvoje mnenje na ravni moralnega, zdravstvenega, finančnega in okoljskega vidika)**

**Q10 - Kot kaj od spodaj naštetega se opredeljuješ?**

- Vsejed/ka
- Pesketarijanec/ka (od mesa ješ le ribe in morsko hrano)
- Vegetarijanec/ka
- Vegan/ka

IF (4) Q10 = [3] ( Vegan )

**Q11 - Kaj te je vodilo k tej odločitvi? Označiš lahko največ 3 polja.**

Možnih je več odgovorov

- Skrb za dobrobit živali
- Skrb za naravo in okolje
- Skrb za zdravje
- Želja po izgubi telesne mase
- Cenejše prehranjevanje
- Razlogi, povezani z veroizpovedjo
- Ni mi všeč okus mesa in živalskih izdelkov
- Drugo:

IF (4) Q10 = [3] ( Vegan )

**Q12 - Od kdaj je izbrana dieta del tvojega življenja?**

**(če je to priporočal zdravnik ali druga odgovorna oseba, a so to nadzarovali starši, lahko označiš, da so to odločitev naredili starši)**

- Od rojstva - že starši so nekaj izmed naštetega oz. so se odločili otroke vzgajati na ta način
- Pred najstniškimi leti, a so to odločitev naredili starši
- Pred najstniškimi leti, a sem to odločitev naredil/a sam/a
- Od najstniških let, to odločitev so naredili starši
- Od najstniških let, to odločitev sem naredil/a sam/a

IF (5) Q10 = [2] ( Pesketarijanec (od mesa ješ le ribe in morsko hrano) )

**Q13 - Kaj te je vodilo k tej odločitvi? Označiš lahko največ 3 polja.**

Možnih je več odgovorov

- Skrb za dobrobit živali
- Skrb za naravo in okolje
- Skrb za zdravje
- Želja po izgubi telesne mase
- Cenejše prehranjevanje

- Razlogi, povezani z veroizpovedjo
- Ni mi všeč okus mesa
- Drugo:

IF (5) Q10 = [2] ( Pesketarijanec (od mesa ješ le ribe in morsko hrano) )

**Q14 - Od kdaj je izbrana dieta del tvojega življenja?**

**(če je to priporočal zdravnik ali druga odgovorna oseba, a so to nadzarovali starši, lahko označiš, da so to odločitev naredili starši)**

- Od rojstva - že starši so nekaj izmed naštetega oz. so se odločili otroke vzgajati na ta način
- Pred najstniškimi leti, a so to odločitev naredili starši
- Pred najstniškimi leti, a sem to odločitev naredil/a sam/a
- Od najstniških let, to odločitev so naredili starši
- Od najstniških let, to odločitev sem naredil/a sam/a

IF (6) Q10 = [4] ( Vegetarijanec )

**Q15 - Kaj te je vodilo k tej odločitvi? Označiš lahko največ 3 polja.**

Možnih je več odgovorov

- Skrb za dobrobit živali
- Skrb za naravo in okolje
- Skrb za zdravje
- Želja po izgubi telesne mase
- Cenejše prehranjevanje
- Razlogi, povezani z veroizpovedjo
- Ni mi všeč okus mesa
- Drugo:

IF (6) Q10 = [4] ( Vegetarijanec )

**Q16 - Od kdaj je izbrana dieta del tvojega življenja?**

**(če je to priporočal zdravnik ali druga odgovorna oseba, a so to nadzarovali starši, lahko označiš, da so to odločitev naredili starši)**

- Od rojstva - že starši so nekaj izmed naštetega oz. so se odločili otroke vzgajati na ta način
- Pred najstniškimi leti, a so to odločitev naredili starši
- Pred najstniškimi leti, a sem to odločitev naredil/a sam/a
- Od najstniških let, to odločitev so naredili starši
- Od najstniških let, to odločitev sem naredil/a sam/a

IF (7) Q10 = [1] ( Nič od naštetega )

**Q17 - Bi jedel/a jagnjetinao**

- Da
- Ne

IF (7) Q10 = [1] ( Nič od naštetega )

**Q18 - Bi jedel/a teletino (kravji mladički)?**

- Da
- Ne

IF (7) Q10 = [1] ( Nič od naštetega )

**Q19 - Bi jedel/a divjačino?**

- Da
- Ne

IF (7) Q10 = [1] ( Nič od naštetega )

**Q20 - Bi jedel/a konjsko meso?**

- Da
- Ne

IF (7) Q10 = [1] ( Nič od naštetega )

**Q21 - Bi jedel/a pasje meso?**

- Da
- Ne

IF (7) Q10 = [1] ( Nič od naštetega )

**Q22 - Bi jedel/a zajčje meso?**

- Da
- Ne

IF (7) Q10 = [1] ( Nič od naštetega )

**Q23 - Bi jedel/a mačje meso?**

- Da
- Ne

IF (7) Q10 = [1] ( Nič od naštetega )

**Q24 - Bi jedel/a meso ščurkov?**

- Da
- Ne

IF (7) Q10 = [1] ( Nič od naštetega )

**Q25 - Bi jedel/a ribje meso?**

- Da
- Ne

**Q26 - Ješ izdelke živalskega izvora?**

- Da, jem mleko in mlečne izdelke, jajca in med
- Jem le mleko in mlečne izdelke
- Jem le jajca
- Jem le med
- Ne jem ne mleka ne jajc ne medu, saj sem vegan/ka
- Ne jem ne mleka ne jajc, saj sem alergičen/a

**Q27 - Kako pogosto uporabljaš naslednje psovke (z njimi koga primerjaš, zmerjaš)? (5-zelo pogosto, 1-zelo redko)**

	5	4	3	2	1
prasec/prasica	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
svinja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

konj	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
krava	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
bik	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
kokoš/kura	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
pes/pesjan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
koza	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
podgana	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
pridevnik "svinjsko" - zelo (npr. "V hrbtu me svinjsko boli")	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
primera z besedo "pes" (npr. "Vročje je kot pes")	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**Q28 - Kako močno se strinjaš z naslednjimi trditvami ( 1 - sploh se ne strinjam, 5 - popolnoma se strinjam)?**

	1	2	3	4	5
Vegetarijanska, veganska in pesketarijanska prehrana so dražja izbira od prehrane, ki vključuje meso in izdelke živalskega izvora.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Prehrana, ki ne vključuje mesa in/ali izdelkov živalskega izvora, je nezdrava.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Družina bi sprejela mojo odločitev, da postanem vegetarijanec, vegan ali pesketarijanec. (v primeru, da si kaj od naštetega, odgovarjaj iz osebnih izkušenj)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ne razumem, zakaj kdo ne bi jedel mesa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ne razumem, zakaj kdo ne bi jedel drugih izdelkov živalskega izvora (mleka in mlečnih izdelkov, jajc in medu).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Verjamem, da lažje izgubiš telesno maso, če ne ješ mesa in/ali živalskih izdelkov.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tisti, ki ne jedo mesa in/ali živalskih izdelkov, uničujejo tradicije.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Izključitev mesa in/ali izdelkov živalskega izvora je moralno boljša odločitev.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Izključitev mesa in/ali izdelkov živalskega izvora iz naših diet je boljša za naravo in okolje kot prehranjevanje z naštetim.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nimam problema z ubijanjem živali za hrano, če so bile za to vzgojene.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Menim, da je bolj sprejemljivo, da si ljudje, ki jedo meso, le to ujamejo sami in tako ne podpirajo večjih klavnic.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vzgajanje otrok z vegansko dieto bi moralo biti zakonsko prepovedano.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pripravljen sem kdaj preizkusiti vegetarijansko, vegansko ali pesketarijansko dieto.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kdor se opredeljuje kot vegan, vegetarijanec ali pesketarijanec, ne sme nositi oblačil ali drugih izdelkov iz živali, ki niso hrana.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pesketarijanci, vegetarijanci in vegani imajo bolj pusto in dolgočasno prehrano kot tisti, ki jedo tudi meso in izdelke živalskega izvora.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>