



FUTR ZAJUTR

PREHRANJEVALNE NAVADE MLADIH V SLOVENIJI

RAZISKOVALNO POROČILO

PREHRANJEVALNE NAVADE MLADIH V SLOVENIJI

Raziskovalno poročilo

Tanja Kamin, Andreja Vezovnik, Nataša Verk, Dora Matejak, Irena Bolko

Ljubljana, 2022

Poročilo je nastalo v okviru projekta OurFood.OurFuture / #GoEATHics, ki ga sofinancirata Evropska Komisija preko programa DEAR in ministrstvo RS za zunanje zadeve. Vsebina poročila ne odraža nujno stališč sofinancerjev in je v izključni odgovornosti avtoric poročila in partnerja projekta - društva Focus.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZUNANJE ZADEVE

1. UVOD

S pričujočo raziskavo smo skušali nasloviti manjko raziskav na področju prehranskih praks, ki bi za izhodišče vzele mlade v odnosu do etične potrošnje. Obstoječe raziskave kažejo, da nekateri mladi spreminjajo svoje prehranjevalne prakse tako, da bi manj obremenjevali okolje (npr. se odločajo za uživanje brezmesne prehrane, posebej se izogibajo govejemu mesu (Ruby, 2012), saj to močno obremenjuje okolje), ali pa svojo okoljsko skrb in politična stališča izražajo na protestih, kot je razvidno iz aktivnosti gibanja Petki za prihodnost (Fridays for Future) (Ziesemer idr., 2021, str. 428), ki je od leta 2019 pod okriljem organizacije Mladi za podnebno pravičnost prisotno tudi v Sloveniji.

Kljub velikemu potencialu za politični angažma v sferi potrošnje, pa etično potrošnjo prakticira le malo mladih, kar kaže na razkorak med njihovimi stališči, namerami za delovanje in dejanskim delovanjem (Melović idr., 2020; Sahelices-Pinto idr., 2021). A to z vidika teorij o vedenjskih in družbenih spremembah ni presenetljiva informacija.

V procesu načrtovanja spreminjanja vedenj je ena temeljnih zahtev dobro poznavanje ciljnih skupin in osebnostnih ter okoljskih dejavnikov, ki vplivajo na vedenja povezana s problemom, na kar opozarjajo številni modeli spreminjanja vedenja, od individualističnih, skupinskih do ekoloških modelov (npr. transteoretični model in stopnje spreminjanja, model racionalnega delovanja in načrtovanega vedenja ipd.).

Količina informacij, ki jo imajo mladi o vplivu prehranskih praks na dobrobit njihovega okolja, je namreč le nujni, a ne zadostni pogoj za spremembo vedenja v smeri etične potrošnje hrane. Etična potrošnja hrane je kompleksen pojav, ki jo v najbolj strnjeni opredelitvi lahko razumemo kot prakse, ki temeljijo na ideji, da lahko ljudje s svojimi potrošniškimi izbirami vplivajo na družbo, politiko in/ali okolje. A potrošnja je odvisna od številnih strukturnih in osebnih dejavnikov, od zmožnosti, želja, vrednot in prepričanj.

Za hrano velja, da zadovoljuje poleg bioloških potreb tudi družbene in kulturne, zato je posamezniki ne izbirajo le v skladu z racionalnimi merili, ampak še z mnogimi drugimi. Prehranjevanje je najprej emocionalno in šele nato racionalno vedenje. Z njo zaznamujemo življenjske prehode (rojstni dnevi, poroka,

upokojitve, smrt), uporabljamo jo v obredih obnavljanja skupnosti (zlasti prazniki: božič, novo leto, pust, velika noč; službene zabave, družinska kosila), izražamo naklonjenost, skrb, gostoljubnost ter tudi svetovni nazor in stališča (vegetarijanstvo, zavračanje živilskih izdelkov različnih proizvajalcev, pravična trgovina), starši prek hrane upravljajo z vedenjem otrok (jih nagrajujejo, tolažijo), hrana je tudi pomemben gradnik posameznikove identitete in pokazatelj družbenega ter gmotnega položaja. Hkrati je etičnost prehranjevanja odvisna od strukturnih dejavnikov, na katere posameznik ne more vplivati, kot so npr. dostopnost živil, stopnja obdavčitve živil, trgovinska cenovna politika, itn. (Tivadar in Kamin, 2005).

Etična merila prehranjevanja so le delec v mozaiku prehranskih dejavnikov. Z vidika socialnopsiholoških ugotovitev o vplivu stališč na vedenje je to povsem razumljivo. Človek mora biti najprej obveščen o vplivu hrane in prehranjevalnih navad na družbo in okolje, ki se mu mora zdeti pomembno, biti mora pod ustreznim socialnim pritiskom in imeti občutek da nadzoruje lastno vedenje. Ljudje bodo torej kupovali in jedli tisto hrano, za katero verjamejo, da ima lastnosti ali učinke, ki jih ocenjujejo pozitivno, tisto, za katero njihovi pomembni drugi menijo, da bi jo morali jesti in tisto, za katero menijo, da njeno uživanje lahko sami nadzorujejo ter da je skladna z njihovo »prehransko identiteto« (Conner in sodelavci, 1998; Denison in Shepherd 1995; Shepherd in Raats, 1997). Precejšen je tudi učinek osebne opore, ki jo imata posameznik in posameznica v sorodnikih, prijateljih in profesionalcih, ko se odločata za spremembo prehranjevalnih navad (Povey in sodelavci, 2000). Na prehranske prakse pa seveda močno vplivajo tudi socialno-demografski dejavniki, med katerimi tako tuje kot slovenske raziskave najpogosteje ugotavljajo vpliv spola, starosti, razredne pripadnosti, formalne izobraženosti in višine dohodkov (glej. npr. Kamin in sodelavci 2012).

Četudi imajo mladi dandanes možnost izbirati med veliko različnimi prehranskimi vzorci, mnogi nadaljujejo z utečenimi prehranskimi praksami, ki so se jih priučili v svojih primarnih socialnih okoljih. To je skladno z ugotovitvami drugi raziskav, ki kažejo, da se prehranski vzorci in navade spreminjajo izrazito počasi (npr. Kamin in sodelavci, 2012), to pa zato, kot pravi Fischler (1988: 290), ker so prehranski vzorci in navade pomemben del posameznikove identitete in skupinske pripadnosti.

Mnogi sodobni prehranski vzorci so povezani s širšimi družbenimi spremembami in smernicami, ki spodbujajo bolj trajnostne načine prehranjevanja, katerim so morda mladi bolj naklonjeni kot generacija njihovih staršev. Za mlade so namreč pomembne vrednote solidarnost, globalna pravičnost in enakost, ki so neposredno povezane z reševanjem okoljskih problemov, tudi skrb za okolje se zanje zdi primarna (glej v Vezovnik in sodelavci, 2022).

Zato je bil namen naše raziskave preučiti, kako se siceršnja senzibilizacija za okoljske probleme med mladimi kaže na področju njihovih prehranjevalnih navad. Bolj podrobno, zanima nas:

- 1.** kakšne so prehranjevalne navade mladih v Sloveniji;
- 2.** kako mladi izbirajo živila, ki so del njihove prehrane, in koliko pri tem vrednotijo/upoštevajo različne okoljske in etične dejavnike, kot sta okoljski odtis živil in izkoriščanje živali;
- 3.** kakšen vpliv na okolje povezujejo z oziroma pripisujejo posameznim_i živilom;
- 4.** kakšen je odnos mladih do omejitve oziroma zmanjšanja uživanja mesa v njihovi prehrani;
- 5.** kakšen je odnos mladih do uživanja »novih« živil oziroma alternativ mesu, med katera_e lahko uvrščamo celično meso, meso rastlinskega izvora in insekte.

2. RAZISKAVA

2.1. METODA

Teoretska izhodišča in rezultati predhodnih raziskav so nas vodili k izbiri kvantitativne raziskave, in sicer spletne ankete na vzorcu panelistov spletnega panela JazVem.

V raziskavo je bilo vključenih 1023 udeležencev, starih med 18 in 35 let. Vzorce je bilo kvotno. Kvote so bile določene po stratifikaciji vseh članov na kvotne celice kot kombinacija spola, štirih starostnih skupin ter 12 statističnih regij (2x4x12 kvotnih celic). K izpolnjevanju ankete je bilo povabljenih 4850 panelistov. Ankete ni zaključilo 99 panelistov.

Zbiranje podatkov je potekalo med 9. in 16. decembrom 2021. Povprečno trajanje ankete je 26:39 minut, mediana pa je bila 23:18 minute.

2.2. OPIS VZORCA

- ↳ V raziskavi je sodelovalo 47,5 % žensk in 52,4 % moških.
- ↳ 71,3 % respondentov je bilo rojenih med letoma 1990 in 2003; ostali pred letom 1990.
- ↳ Večina anketirancev ima dokončano štiriletno ali petletno srednjo šolo (59,2 %) in je zaposlenih (54,8 %).
- ↳ Večina anketirancev je v partnerski zvezi (63,0 %) in največ jih živi z izvorno družino (34,4 %).
- ↳ Največ anketirancev prihaja iz Osrednjeslovenske (29,4 %) in Podravske (15,8 %) statistične regije.
- ↳ Večina anketirancev se identificira s prehranskim slogom vsejedosti (89,2 %).

2.3. TEMATSKI SKLOPI V VPRAŠALNIKU

- ↳ Anketo je sestavljalo več tematskih sklopov, in sicer, sklop o:
 - ↳ prehranjevalnih navadah mladih in njihovem prehranjevalnem slogu;
 - ↳ praksah nakupovanja živil;
 - ↳ uživanju izbranih živil in razlogih za morebitno izogibanje posameznim živilom;
 - ↳ odnosu do uživanja mesa, navezanosti na meso in pripravljenosti zmanjševanja porabe mesa;
 - ↳ prehranskih odpadkih;
 - ↳ zaznanem vplivu izbranih živil na okolje;
 - ↳ odnosu do okolja;
 - ↳ odnosu do virov informiranja;
 - ↳ vrednotah;
 - ↳ zadovoljstvu z življenjem.

3. UGOTOVITVE RAZISKAVE

Podatki kažejo na pomemben **vpliv medijskih vsebin na prehranjevalne navade mladih slovenskih potrošnikov in potrošnic**. Denimo, med tistimi, ki so omejili oziroma nameravajo omejiti uživanje mesa, jih 31,5 % pravi, da so jih k temu spodbudili dokumentarni filmi in serije. Poleg tega ugotavljamo, da mladi za okolje kot najbolj obremenilna zaznavajo tista živila, ki so pogosto na medijski agendi in problematizirana z vidika negativnega okoljskega odtisa. Največ mladih kot zelo resen ali resen vpliv na okolje tako pripisuje izdelkom, ki vsebujejo palmovo olje (43,1 %), uvoženi zelenjavi in sadju (41,2 %) ter ulovljenim divjim ribam (33,8 %). Vsa ta tri živila so, zanimivo, po zaznani okoljski problematičnosti pred konvencionalno pridelanim mesom velikih mesnih podjetij, ki ga je za živilo z resnim ali zelo resnim negativnim vplivom na okolje označilo 32,9 % mladih. Po drugi strani pa kavi, katere pridelava je zaradi množične porabe postala zelo obremenilna za naravne habitate, skoraj polovica mladih (40 %) ne pripisuje nikakršnega ali le blag negativen vpliv na okolje.

Vpogled v **nakupovanje živil, ki sodijo v etično potrošnjo**, kaže, da **živila s certifikatom ekološke pridelave v Sloveniji vsaj enkrat na teden kupuje tretjina mladih (29,6 %)**, živila brez embalaže 33,8 %, s certifikatom lokalnega izvora 43,8 %, s certifikatom proste reje pa 28,3 % mladih potrošnikov in potrošnic. Ne gre zanemariti, da nekateri mladi potrošniki in potrošnice živil z oznakami, ki jih povezujemo z etično potrošnjo, nikoli ne kupujejo. Izdelkov s certifikatom pravične trgovine, denimo, nikoli ne kupi skoraj tretjina mladih potrošnikov in potrošnic (27,4 %).

Na prehranjevalne navade mladih ima izvorna družina pomemben vpliv. Mladi, ki živijo doma, so podvrženi preferencam družine, kar pomeni, da mogoče ne sodelujejo v etični potrošnji, četudi bi si to želeli. V primeru živil s certifikatom lokalnega izvora mladi potrošniki in potrošnice v Sloveniji, ki živijo z izvorno družino, poročajo o manj pogostem nakupovanju kot tisti, ki živijo v drugih oblikah gospodinjstev. To kaže na družino kot pomemben dejavnik etične potrošnje hrane. To interpretacijo utrujejo tudi ugotovitve kvalitativne raziskave (Vezovnik in Kamin, 2021).

Mladi slovenski etični potrošniki in potrošnice hrane so pogosto zaskrbljeni zaradi vplivov pridelave hrane na okolje, ki jih povzročajo sodobni konvencionalni sistemi proizvodnje

hrane. Toda v glavnini skrb za **okoljski odtis živil mladih praviloma ne odvrča od njihove potrošnje**. Ta ugotovitev je skladna z vedenjskimi modeli, ki kažejo, da informiranost, stališča v prid etične potrošnje in tudi vedenjske namere še ne vodijo nujno v vedenja, ki bi ustrezala kriterijem etične potrošnje. Kot kažejo podatki, med razlogi za neuživanje oziroma redkejšje uživanje posameznih živil razlog obremenjevanja okolja (oziroma okoljskega odtisa živil) v splošnem ni postavljen v ospredje. Še v največji meri mladi okoljski odtis navajajo med razlogi za neuživanje oziroma redkejšje uživanje perutninskega (7,6 %) in govejega mesa (7,2 %). Perutninskega mesa sicer ne uživa oziroma ga uživa enkrat na mesec ali manj 11,2 % anketirancev in anketirank; govejega pa 26,5 % anketirancev in anketirank. V Sloveniji je med **mladimi, ki ne jedo govejega mesa** ali ga redkeje uživajo, dobra tretjina tistih, ki to počne zaradi etičnih razlogov: 22,9 % mladih zato, ker je uživanje mesa povezano s trpljenjem in z izkoriščanjem živali, 7 % pa zato, ker uživanje mesa obremenjuje naravno okolje.

Ker je konvencionalno pridelano meso med tistimi živali, ki okolje zelo obremenjuje, smo posebej preverili še **pripravljenost mladih, da bi zmanjšali količino mesa, ki ga zaužijejo**. Navezanost na meso je, podobno kot kažejo druge raziskave, izrazito večja pri moških kot pri ženskah. Kažejo pa se še druge povezanosti. Pri mladih, ki kažejo večjo navezanost na meso, se kažejo tudi manjša pripravljenost žrtvovati se v dobro okolja, slabša seznanjenost z vplivi okoljskih problemov na vsakdanje življenje, manj pripravljenosti za omejitve uživanja mesa na največ dvakrat tedensko in manjši občutek nadzora nad možnostjo izpuščanja mesnih obrokov iz svoje prehrane.

3.1. IZBRANE UGOTOVITVE, ZASNOVANE NA PODLAGI OSNOVNIH STATISTIK (TJ. FREKVENC IN SREDNJIH VREDNOSTI)

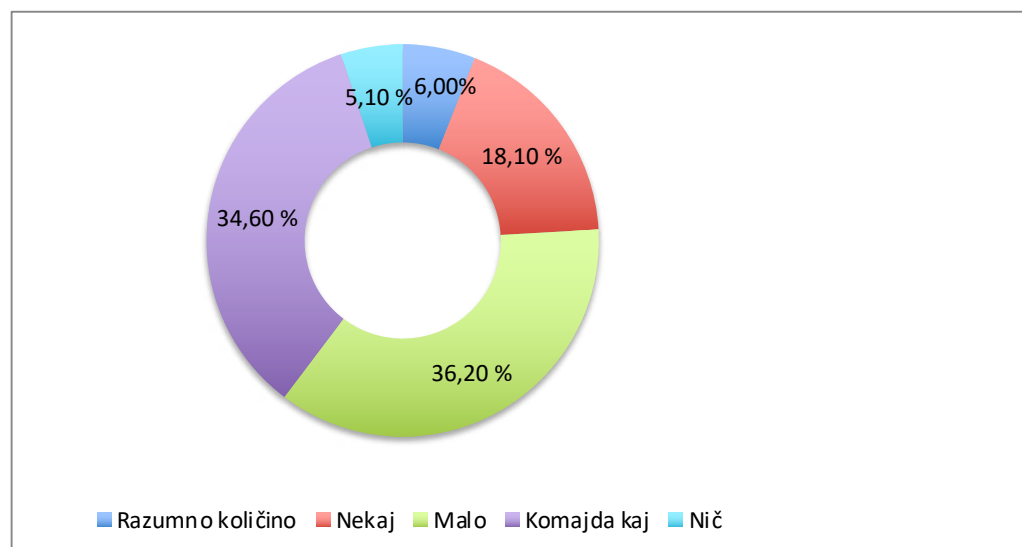
- ↳ Največ anketirancev zelo resen (negativen) vpliv na okolje pripisuje izdelkom, ki vsebujejo palmovo olje (18,3 %), ulovljenim divjim ribam (12,1 %), uvoženi zelenjavi (12 %) in konvencionalno pridelanemu mesu velikih mesnih podjetij (10,6 %).
- ↳ Skupaj 40 % anketirancev pripisuje kavi nikakršen ali le blag (negativen) vpliv na okolje.

- ↳ Skupaj 38,5 % anketirancev pripisuje čokoladi/kakavu nikakršen ali le blag (negativen) vpliv na okolje.
- ↳ Konvencionalno pridelanemu mesu velikih mesnih podjetij in konvencionalno pridelanemu mleku ter mlečnim izdelkom velikih mlekarskih podjetij pa pripisuje nikakršen ali le blag (negativen) vpliv na okolje skupaj 27,9 % oziroma 38 % anketirancev.
- ↳ Med razlogi za neuživanje oziroma redkejšo uživanje posameznih živil razlog obremenjevanja okolja (oziroma okoljskega odtisa živil) v splošnem ni postavljen v ospredje. Še v največji meri ga anketiranci navajajo med razlogi za neuživanje oziroma redkejšo uživanje perutninskega (7,6 %) ter govejega mesa (7,2 %). Perutninskega mesa sicer ne uživa oziroma ga uživa enkrat na mesec ali manj 11,2 % anketirancev; govejega pa 26,5 % anketirancev.
- ↳ Največ anketirancev (45,8 %), ki ne uživajo perutninskega mesa oziroma ga uživajo redkeje (tj. enkrat na mesec ali manj) – takšnih je glede na celotni vzorec 11,2 % –, kot glavni razlog za to navaja njegovo povezanost tako s trpljenjem kot z izkoriščanjem živali.
- ↳ Več kot dve tretjini (tj. 78,4 %) mladih/anketirancev ne uživa avokada oziroma ga uživa enkrat na mesec ali manj.
- ↳ Več kot dve tretjini (tj. 78,4 %) mladih/anketirancev ne uživa izdelkov iz soje oziroma jih uživa enkrat na mesec ali manj.
- ↳ 66 % mladih nikoli ne uživa mandljevega napitka; 19,4 % pa ga uživa enkrat na mesec ali manj.
- ↳ V povprečju anketiranci poročajo oziroma se strinjajo s trditvijo, da obožujejo mesne obroke ($M = 3,67$; $SD = 1,18$). S to trditvijo se strinja ali pa popolnoma strinja skupaj 63,5 % mladih.
- ↳ V povprečju se anketiranci strinjajo tudi s trditvijo, da je uživanje mesa naravno in nesporno ($M = 3,66$; $SD = 1,08$). S to trditvijo se strinja ali pa popolnoma strinja skupaj 63,7 % mladih.
- ↳ Skupaj 43,8 % mladih/anketirancev nakupuje živila s certifikatom lokalnega izvora večkrat na teden ali približno enkrat na teden.
- ↳ 27,4 % mladih anketirancev nikoli ne nakupuje živil s certifikatom pravične trgovine (»fair trade«); podatki tudi kažejo, da je med anketiranci največ takšnih, ki se v skupini živil s certifikatom ekološke pridelave, živil brez embalaže, živil

s certifikatom proste reje, živil s certifikatom lokalnega in živil s certifikatom pravične trgovine *nikoli ne odločijo* za nakup živil s certifikatom pravične trgovine.

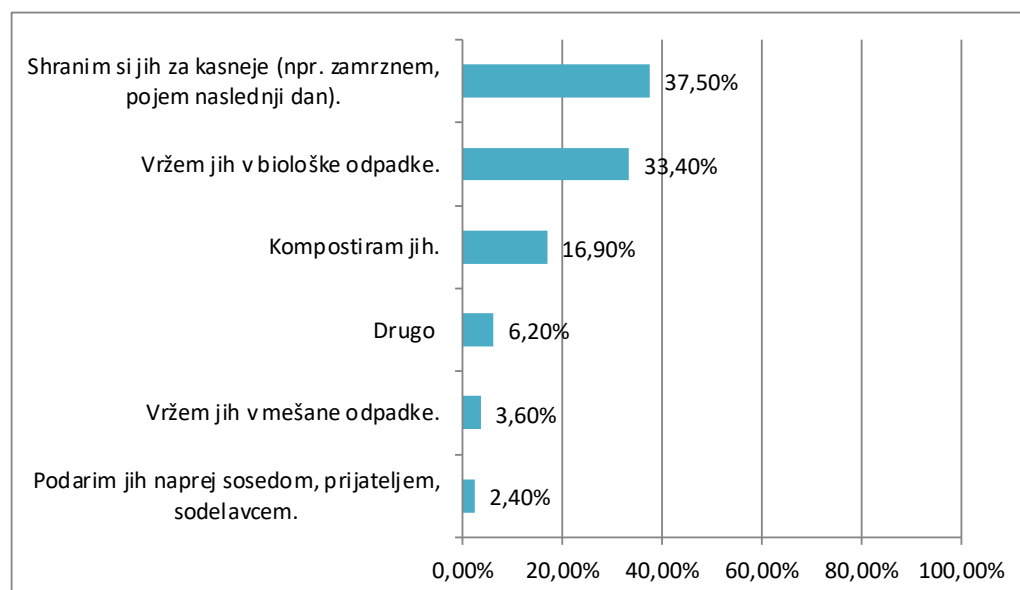
- ↳ 66,4 % anketirancev nikoli ne nakupuje živil po spletu.
- ↳ V povprečju se anketiranci ne strinjajo s trditvama, da bi bili v prihodnosti pripravljeni jesti cele insekte ($M = 1,78$; $SD = 1,04$) oziroma da bi z insekti ali izdelki iz njih lahko nadomestili meso v svoji prehrani ($M = 1,90$; $SD = 1,08$).
- ↳ 47,5 % mladih bi bilo pripravljenih pokusiti celično oziroma laboratorijsko vzgojeno meso.
- ↳ 54,8 % mladih ne bi bilo pripravljenih pokusiti živil, ki vsebujejo prehranske insekte.

Slika 1: Delež mladih glede na njihovo (samo)oceno količine hrane, ki jo zavržejo. ($N = 1023$)



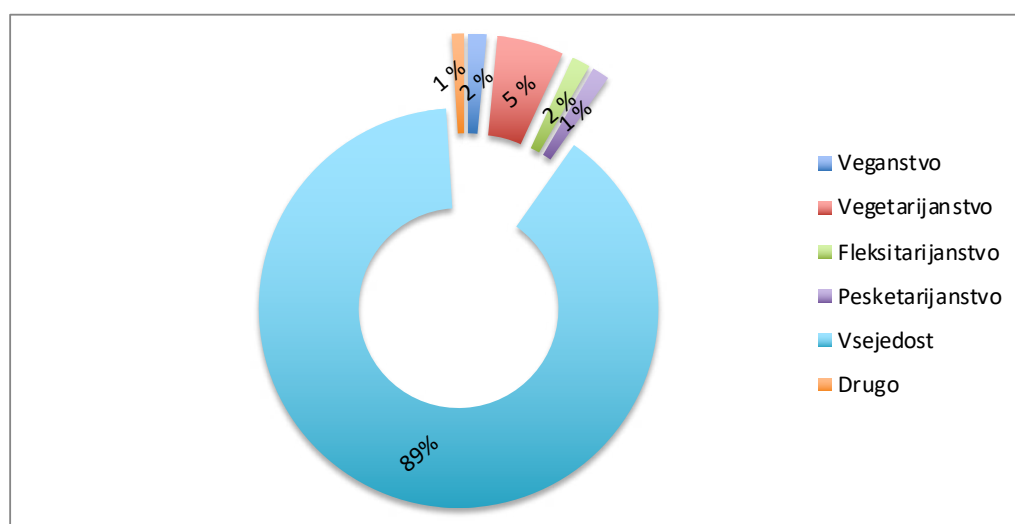
36,2 % mladih po njihovi oceni zavrže malo hrane. Temu sledi dobra tretjina mladih, ki menijo, da zavržejo komaj kaj hrane (34,60 %), in nekaj manj kot petina takšnih, ki zavržejo nekaj hrane (18,1 %). 6 % jih pravi, da zavržejo razumno količino hrane; 5,1 % pa jih meni, da ne zavržejo nič hrane.

Slika 2: Delež mladih glede na ravnanje z ostanki hrane. (N = 1023)



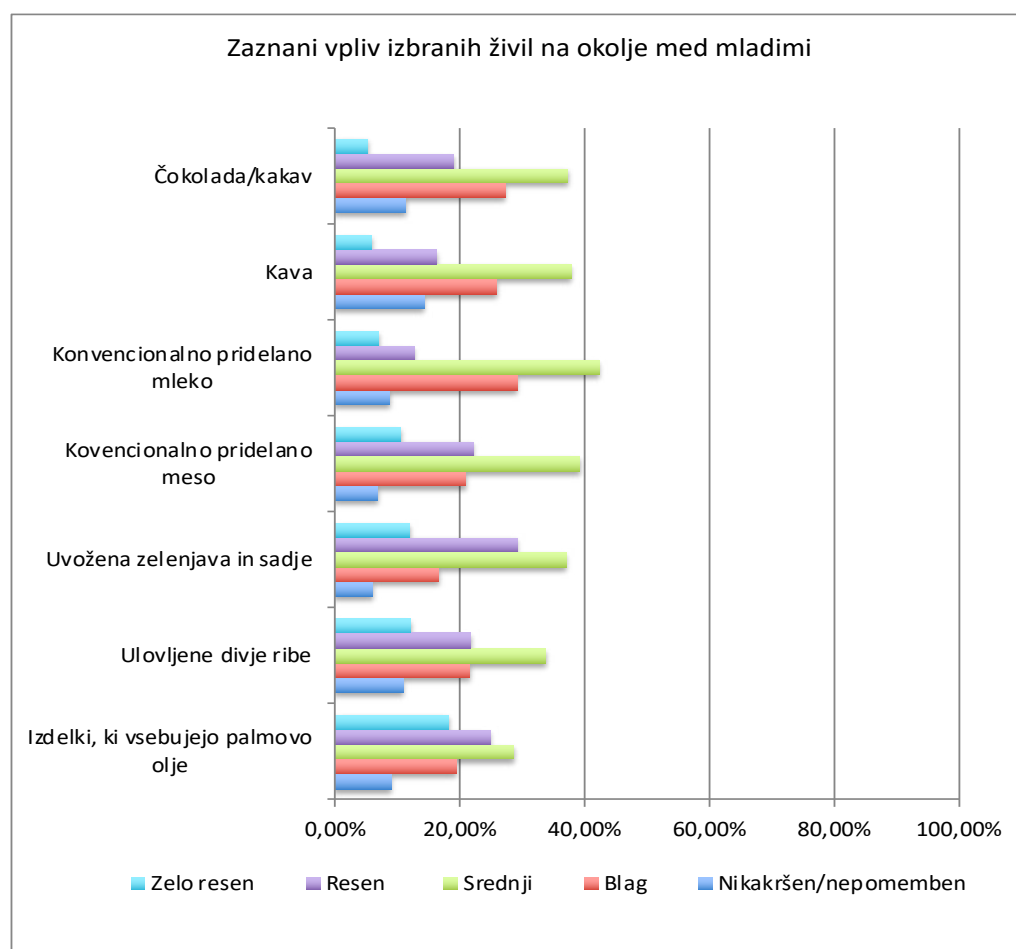
Več kot tretjina anketirancev poroča, da ostanke hrane najpogosteje shrani za poznejšo uporabo (37,5 %), dobra tretjina slednje vrže v biološke odpadke (33,4 %), 16,9 % pa jih kompostira. Najmanj anketiranih ostanke hrane odvrže med mešane odpadke (3,6 %) ali pa jih podari naprej (2,4 %).

Slika 3: Delež mladih, ki privzema posamezen prehranski slog, izhajajoč iz njihove samoopredelitve. (N = 1023)



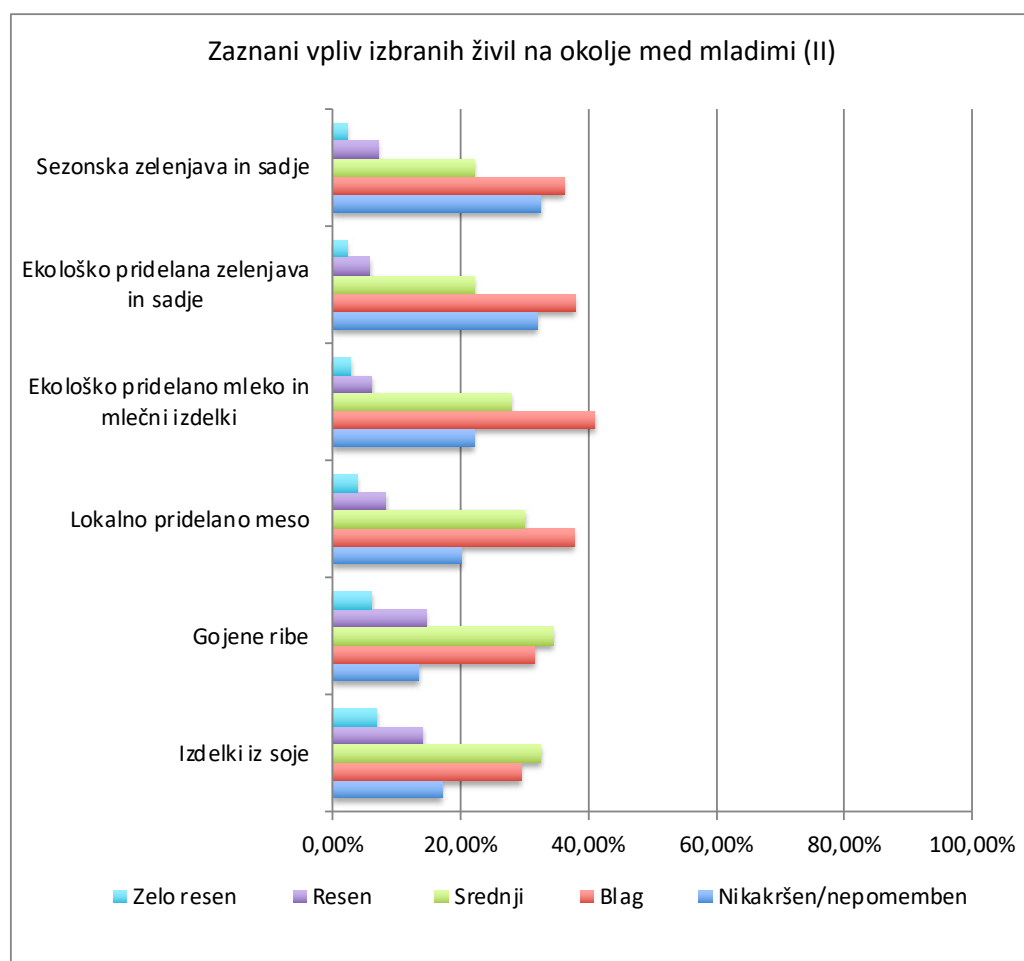
Največ mladih svoj prehranski slog (samo)opredeli kot vsejedost (89,2 %). Ostali prehranski slogi so med mladimi glede na njihovo samoopredelitev prisotni v manjši meri. 5,4 % jih svoj prehranski slog opredeljuje kot vegetarijanstvo, 1,5 % kot fleksitarijanstvo, 1,5 % kot veganstvo in 1,4 % kot pesketarijanstvo.

Slika 4: Frekvenčna razporeditev odgovorov glede ocen zaznanega vpliva izbranih živil na okolje. (N = 1023)



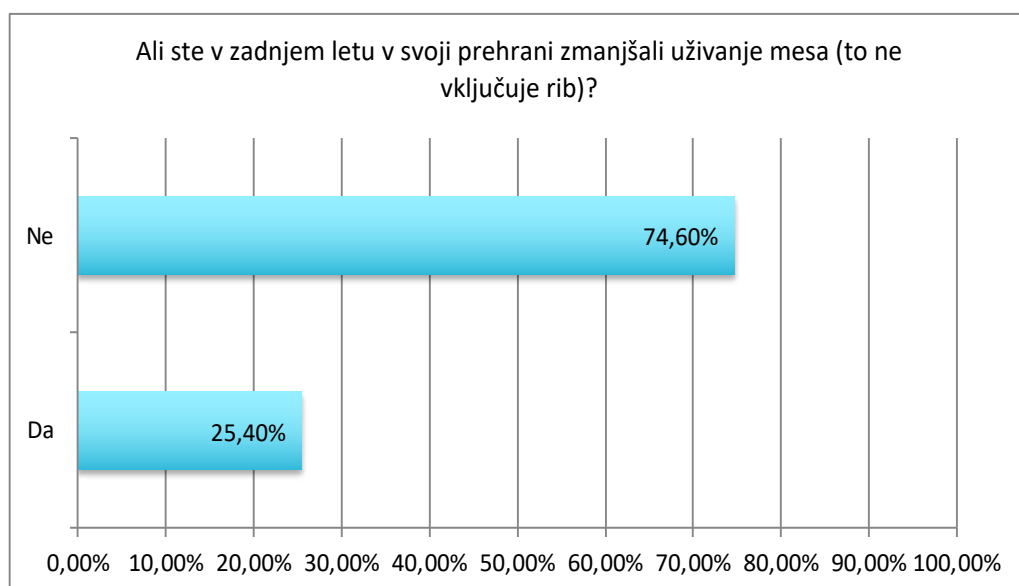
Mladi najpogosteje zgoraj naštetim živilom, ki se jih sicer v splošnem družbenem diskurzu o prehrani pogosto povezuje z različnimi vidiki ustvarjanja negativnega okoljskega odtisa, pripisujejo srednji vpliv na okolje. V povezavi s konvencionalno pridelanim mlekom je na primer takšnih 42,3 %. Med vsemi naštetimi živilom je največji odstotek mladih nikakršen vpliv na okolje pripisal kavi (14,2 %), čokoladi/kakavu (11,3 %) in ulovljenim divjim ribam (11 %). Na drugi strani pa največ mladih kot zelo resen ali resen vpliv na okolje pripisuje izdelkom, ki vsebujejo palmovo olje (43,1 %), uvoženi zelenjavi in sadju (41,2 %) ter ulovljenim divjim ribam (33,8 %).

Slika 5: Frekvenčna razporeditev odgovorov glede ocen zaznanega vpliva izbranih živil na okolje. (N = 1023)



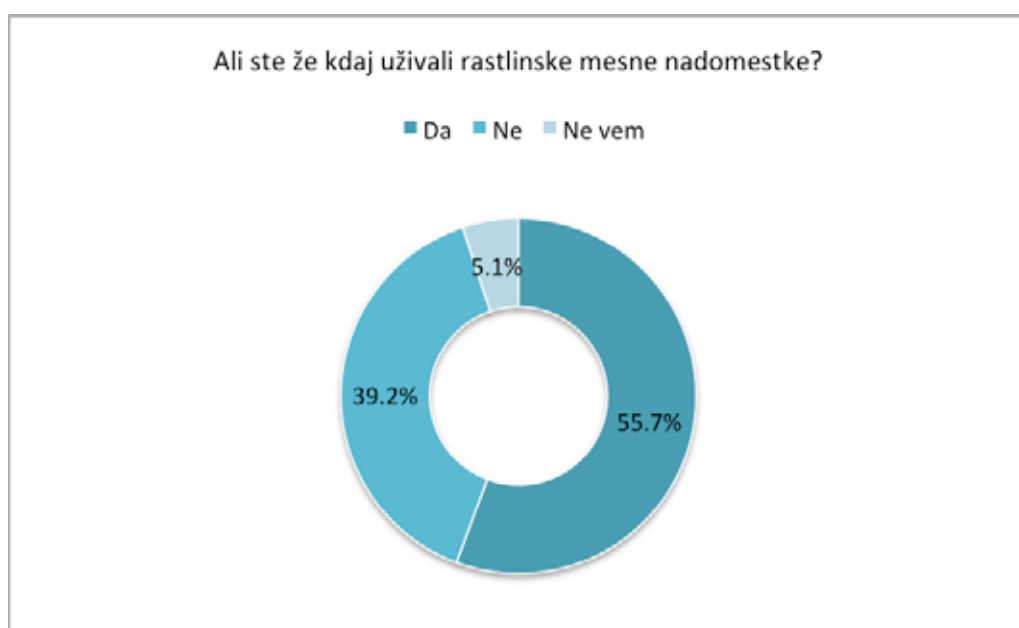
Med živil, ki se jih v splošnem družbenem diskurzu o prehrani povezuje z manjšim negativnim okoljskim odtisom (kot njihove okoljsko bolj obremenilne alternative), mladi najpogosteje nikakršen ali blag vpliv na okolje pripisujejo ekološko pridelani zelenjavi in sadju (69,9%), sezonski zelenjavi in sadju (68,7%) ter ekološko pridelanemu mleku in mlečnim izdelkom (63,2%). Zelo resen ali resen vpliv pa petina mladih pripisuje izdelkom iz soje (20,9%) in gojenim ribam (20,8%).

Slika 6: Delež mladih, ki so v zadnjem letu zmanjšali uživanje mesa, in tistih, ki ga niso. (N = 1023)



Med vsemi anketiranci je 74,6 % takšnih, ki poročajo, da v zadnjem letu v svoji prehrani niso zmanjšali mesa. Petina (25,4 %) pa jih je vnos mesa v zadnjem letu že zmanjšala.

Slika 7: Delež mladih, ki nameravajo zmanjšati uživanje mesa v naslednjih 30 dneh ali 6 mesecih, ga v opazovanih obdobjih ne nameravajo zmanjšati ali pa so o tem neodločeni (N = 763). *Upoštevani so odgovori anketirancev, ki v zadnjem letu vnosa mesa v svojo prehrano še niso zmanjšali.



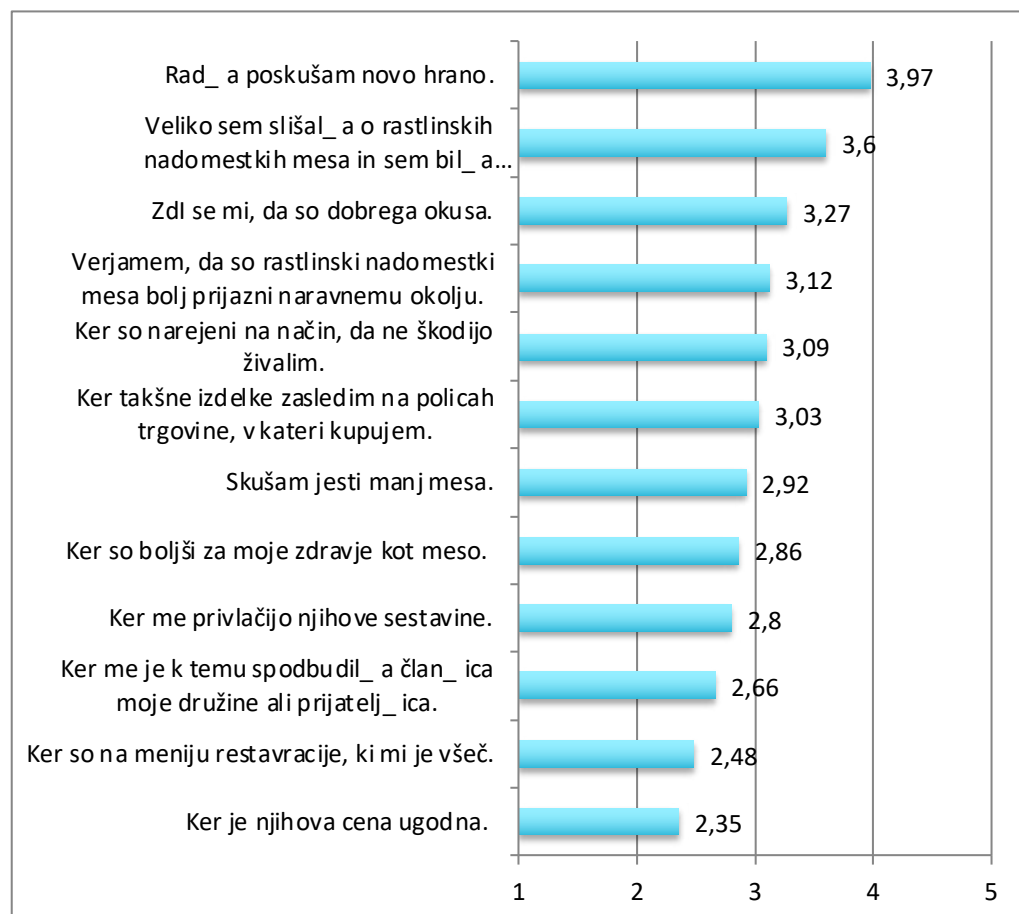
Večina anketirancev, ki v zadnjem letu niso zmanjšali uživanja mesa, poroča, da tudi ne namerava zmanjšati uživanja mesa v naslednjih 6 mesecih (76,8 %) ali 30 dneh (83,2 %). Med njimi pa je tudi 21,2 % takšnih, ki so neodločeni o tem, ali bi k zmanjševanju uživanja mesa pristopili v naslednjih 6 mesecih, in 14,9 % neodločenih o tem, ali bi se za zmanjševanje uživanja mesa odločili v naslednjih 30 dneh.

Slika 8: Delež mladih, ki so že kdaj pokusili mesne nadomestke, jih še niso pokusili ali pa o tem niso prepričani. (N = 1023)



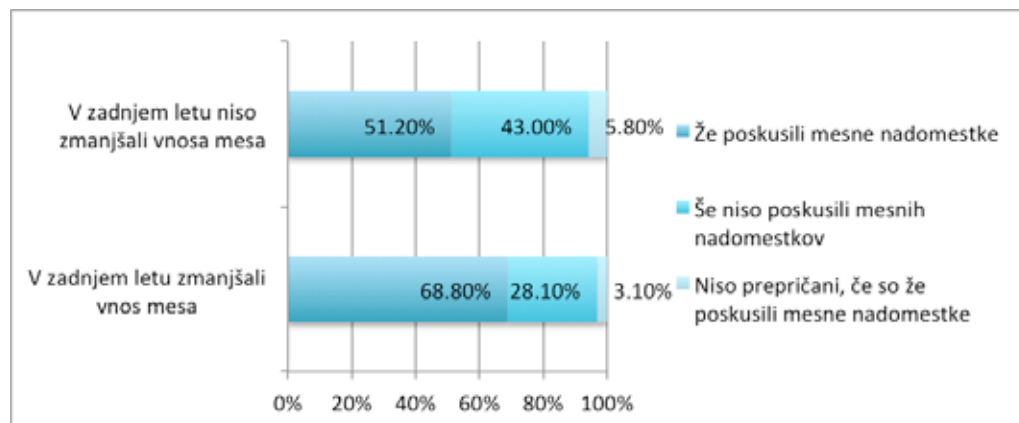
55,7 % mladih poroča, da so kdaj že uživali rastlinske mesne nadomestke (npr. veganski burgerji, polpete, paštete, medaljoni, tofu, sojino meso, tempeh, pšenično meso), medtem ko 39,2 % mladih tovrstnih mesnih nadomestkov še ni pokusilo.

Slika 9: Razlogi za uživanje mesnih nadomestkov med mladimi, pri čemer velja, da (1) sploh ne velja zame, (5) popolnoma velja zame. (N = 570)



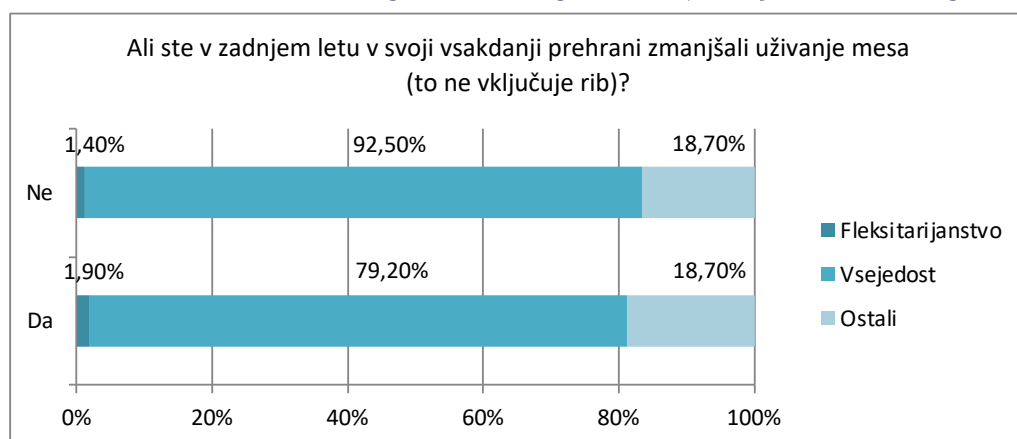
Mladi, ki so že poskusili mesne nadomestke, med razlogi za uživanje teh največji pomen pripisujejo temu, da radi pokušajo novo hrano kot tudi svoji radovednosti glede rastlinskih nadomestkov.

Slika 10: Uživanje mesnih nadomestkov glede na zmanjšanje vnosa mesa v zadnjem letu. (N = 1023)



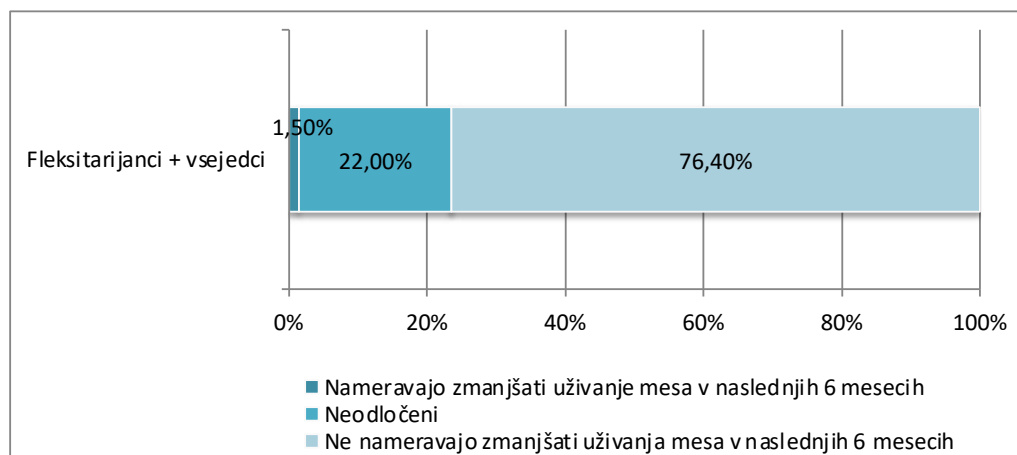
Med mladimi, ki so v zadnjem letu zmanjšali uživanje mesa, je 68,8 % takšnih, ki so že poskusili mesne nadomestke, in 28,1 % takšnih, ki jih še niso poskusili. Tudi večina (51,2 %) tistih mladih, ki v zadnjem letu še niso zmanjšali vnosa mesa, je že poskusila mesne nadomestke; jih je pa v tej skupini tudi 43 % takšnih, ki zase pravijo, da jih še niso uživali.

Slika 11: Struktura tistih mladih, ki v zadnjem letu niso zmanjšali uživanja mesa (N = 763), in tistih, ki so ga (N = 260), glede na njihov prehranski slog.



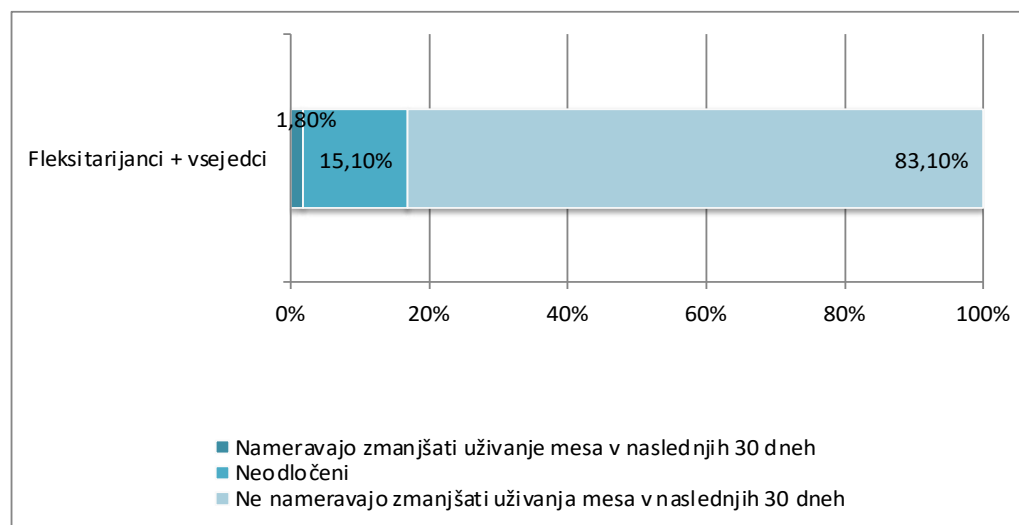
Če se osredotočimo na ključne prehranske sloge, ki predvidevajo uživanje mesa, podatki kažejo, da je med mladimi, ki v zadnjem letu v svoji prehrani niso zmanjšali vnosa mesa (N = 763), 92,5 % takšnih, ki svoj prehranski slog opredeljujejo kot vsejedost, in 1,4 % takšnih, ki se identificirajo s fleksitarijanstvom. Med tistimi mladimi, ki so v zadnjem letu že zmanjšali uživanje mesa (N = 260), pa se jih 79,2 % identificira s prehranskim slogom vsejedosti in 1,9 % s prehranskim slogom fleksitarijanstva.

Slika 12: Deleži neodločenih in tistih, ki nameravajo oziroma ne nameravajo zmanjšati uživanja mesa v naslednjih 6 mesecih v skupini, ki združuje tako fleksitarijance kot vsejedce. (N = 717)



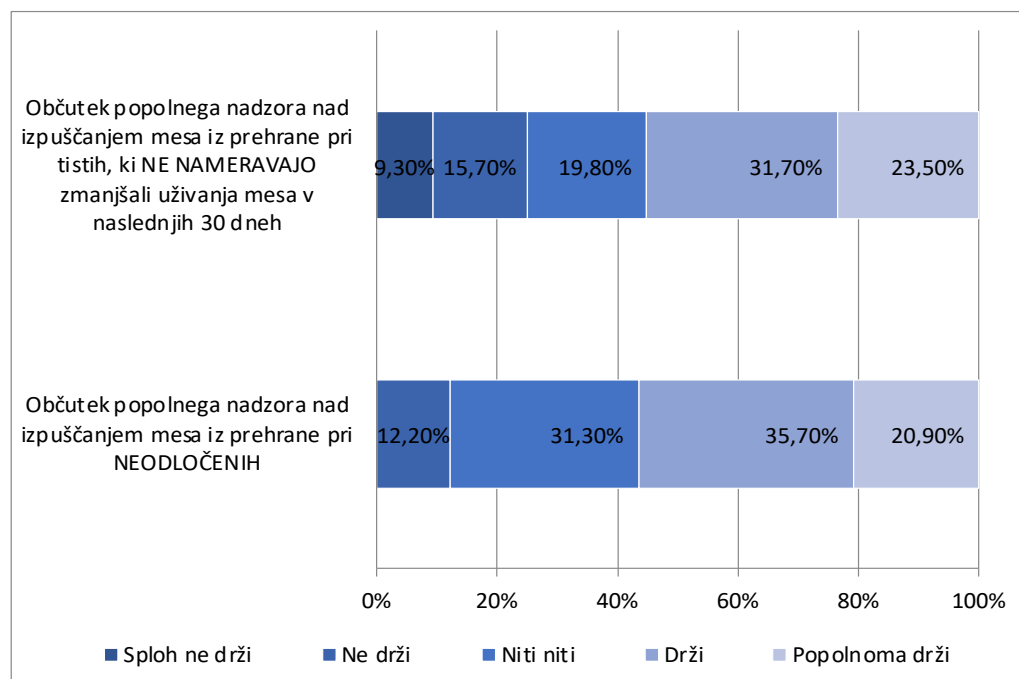
Med mladimi v skupini fleksitarijancev in vsejedov v večini (tj. 76,4 %) prevladujejo takšni, ki v prihodnjih 6 mesecih ne nameravajo zmanjšati uživanja mesa, 22 % pa jih je glede tega neodločenih (tj. pri teh je mogoče, da bi se to zgodilo).

Slika 13: Deleži neodločenih in tistih, ki nameravajo oziroma ne nameravajo zmanjšati uživanja mesa v naslednjih 30 dneh v skupini, ki združuje tako fleksitarijance kot vsejedce. (N = 717)



Med mladimi v skupini fleksitarijancev in vsejedov prevladujejo tisti, ki v prihodnjih 30 dneh ne nameravajo zmanjšati uživanja mesa. Nekaj manj kot v prejšnjem primeru (glej Sliko 10) pa je med njimi takšnih, ki so o tem še neodločeni (15,1%).

Slika 14: Delež mladih, ki v naslednjih 30 dneh ne nameravajo zmanjšati uživanja mesa (N = 635) oziroma so o tem neodločeni (N = 115), glede na njihovo strinjanje s trditvijo, ali imajo popoln nadzor nad tem, kako pogosto bodo od zdaj naprej izpuščali meso iz svoje prehrane (na lestvici od 1 – sploh se ne strinjam do 5 – popolnoma se strinjam).



Večina mladih (tj. 55,2 %), ki v naslednjih 30 dneh ne nameravajo zmanjšati uživanja mesa, meni, da zanje popolnoma drži ali drži, da imajo sami popoln nadzor nad tem, kako pogosto bodo/bi iz svoje prehrane izpuščali meso. V kategoriji neodločenih je takšnih skupaj 56,6 %.

Prehranjevalne navade mladih v Sloveniji: raziskovalno poročilo

Avtorji:

Tanja Kamin, Andreja Vezovnik, Nataša Verk, Dora Matejak, Irena Bolko

Urednici:

Tanja Kamin, Andreja Vezovnik

Prelom:

Luka Pajntar, kaloop.si

Lektura:

Tadej Turnšek

Izdajatelja:

Focus, društvo za sonaraven razvoj, Maurerjeva 7, 1000 Ljubljana

*Center za socialno psihologijo, Fakulteta za družbene vede, Univerza v Ljubljani,
Kardeljeva ploščad 5, 1000 Ljubljana*

Kontakt:

Mag. Živa Kavka Gobbo, ziva@focus.si

Dr. Tanja Kamin, tanja.kamin@fdv.uni-lj.si

Dr. Andreja Vezovnik, andreja.vezovnik@fdv.uni-lj.si

Elektronska izdaja je dosegljiva na naslovu: <https://focus.si/publikacija/prehranjevalne-navade-mladih-v-sloveniji-porocila-raziskave/>

Ljubljana, 2022

Publikacija je brezplačna

Kataložni zapis o publikaciji (CIP) pripravili v Narodni in univerzitetni knjižnici v Ljubljani
COBISS.SI-ID 125158659

ISBN 978-961-95265-6-9 (Focus, društvo za sonaraven razvoj, PDF)

