

DEBATA

SAMORZĄDY
DLA KLIMATU

RAPORT



European
Climate
Foundation





WSTĘP

Debata "Samorządy dla Klimatu" jest poświęcona projektowi "Szkoły dla Klimatu - Roślinne Posiłki w Szkołach", który jest realizowany w ramach grupy ds. Jakości i Bezpieczeństwa Żywności FF4C. Podczas spotkania zapytałyśmy o działania samorządów na rzecz transformacji systemu żywności oraz o potrzebę wdrażania Od pola do stołu na poziomie lokalnym. Poruszyłyśmy także temat dostępności roślinnych posiłków i kwestię kosztów, które ponosimy przy obecnym systemie produkcji żywności - koszty zdrowotne, środowiskowe, społeczne, etyczne. W dyskusji udział wzięli przedstawicielki i przedstawiciele samorządów, partnerzy koalicji Future Food 4 Climate oraz osoby eksperckie z zakresu medycyny i dietetyki.

W ramach ankiety powstałej przy współpracy Future Food 4 Climate, Green REV Institute, Akcja Demokracja oraz Rodzice dla Klimatu, w zakresie dostępności do roślinnych posiłków w szkołach podstawowych oraz ponadpodstawowych wynika, że dostępność roślinnych, zbilansowanych posiłków jest bardzo ograniczona. Coraz więcej osób, uczniów i uczennic szkół rezygnuje ze spożywania produktów zwierzęcych ze względów etycznych, środowiskowych albo zdrowotnych. Jednak polskie szkoły nie zapewniają jedzenia dla wszystkich osób, bez względu na dietę. Dane pokazują, że aż 17,3% osób uczniowskich czuje się dyskryminowane ze względu na swoją dietę. Prawie 25 % respondentów i respondentek nie spożywa w szkole żadnych posiłków.

Koalicja Future Food 4 Climate to front rzecznictwa i współpracy dla transformacji rolnictwa i systemu żywności. #Brokenfoodsystem to siła napędowa kryzysu klimatycznego, spadku bioróżnorodności i niszczenia środowiska naturalnego. Koalicja to platforma współdziałania strażniczego, rzeczniczego, działań na rzecz Europejskiego Zielonego Ładu, wzmocnienia polityki klimatycznej Unii Europejskiej i reform, których tak bardzo potrzebujemy dla niezależności żywnościowej, energetycznej i dla walki z kryzysem klimatycznym.

Fundacja Green REV Institute działa nieprzerwanie od 2014 r. Powstała z przekonania, że jakość prawa i rządzenia zależy od większej partycypacji obywateli i obywaterek, ich udziału i aktywnego zaangażowania w proces stanowienia prawa. Misją Fundacji jest zmienianie i budowanie świata w szacunku dla człowieka, zwierząt i klimatu. Współczesne rolnictwo przestało być tym, które znaliśmy. Stało się przemysłem, który wpływa na jakość życia i zdrowie ludzi, zmiany klimatyczne i uprzedmiotowienie zwierząt. Następuje koncentracja produkcji żywności, rośnie skala rolnictwa przemysłowego i maleje liczba małych, rodzinnych gospodarstw. Fundacja działa na rzecz praw kobiet, ochrony środowiska i praw zwierząt. Green REV Institute łączy młode osoby aktywistyczne do działań systemowych, łączy kropki pomiędzy prawami człowieka, prawami zwierząt i klimatem. Green REV Institute działa w 6 międzynarodowych koalicjach rzeczniczych TAPP Coalition, Eurogroup for Animals, European Vegetarian Union, Aquatic Animal Alliance, World Federation for Animals, 50by40, jest częścią OFOP, Niech Żyją, Inicjatywy Nasz Rzecznik. Od 2021 r. tworzy i rozwija koalicję Future Food 4 Climate (www.futurefood4climate.eu).

Green REV Institute jest jedną z 10 NGO w EU Platform on Animal Welfare oraz jest organizacją akredytowaną przy Programie Środowiskowym ONZ.

PRELEGENCI I PRELEGENCI

SZYMON
CHOJNOWSKI



DOROTA
BONK -
HAMMERMEISTER



FILIP
PELC



KATARZYNA
PLUCIŃSKA



DARIUSZ
SUS



SANDRA
MARCINIAK



DEBATA

DEBATA

DEBATA

DEBATA

DEBATA

DEBATA



Panie Wiceprezydencie, co dzisiaj robi Świdnica dla zielonej transformacji, czy w strategii miasta, planach są już założenia dot. wpływu produkcji żywności na klimat?

Szymon Chojnowski

Wiceprezydent Świdnicy od 2015 roku. Odpowiada za sprawy społeczne, promocję, turystykę, kulturę, rozwój gospodarczy, współpracę międzynarodową i pozyskiwanie funduszy zewnętrznych. W latach 2008-2014 pracował w Departamencie Zagranicznym Ministerstwa Finansów, gdzie zajmował się m.in. koordynacją współpracy z Międzynarodowym Funduszem Walutowym, Radą Europy i OECD.

Myślę że temat jest jak najbardziej ważny i na pewno potrzebny w dyskusji zarówno ogólnopolskiej, europejskiej jak i światowej. Przede wszystkim nasze miasto, **Świdnica, należy do czołówki jeżeli chodzi o polskie miasta średniej wielkości, które w sposób szczególny praktykują środowisko naturalne, ekologię i przeciwdziałanie zmianom klimatycznym.** Jest to na pewno jeden z głównych priorytetów naszej pracy na co dzień. Obecnie przygotowujemy kolejną strategię miasta - Świdnica 2030, w której w sposób otwarty podchodzimy do różnych postulatów. W chwili obecnej trwają spotkania, rozmowy i konsultacje. Myślę że dużym i ważnym elementem nowej strategii jest właśnie klimat. A skoro klimat to powinien pojawić się również element produkcji żywności.

Jeżeli chodzi o miasta to działania w zakresie produkcji żywności wydają mi się nie do końca adekwatne. Przede wszystkim chodzi o włączenie tej tematyki na poziomie ogólnopolskim i europejskim. Jak Państwo wiecie większość tematów, które wchodzą na szerszą agendę skutkuje później konkretnymi działaniami i projektami oddolnymi. To, na co chciałbym zwrócić szczególną uwagę, co wynika z mojej pracy, to edukacja ekologiczna w tym także taka, która dotyczy produkcji żywności. Taka edukacja, która jest dostępna dla każdego. Edukacja, która powinna dotyczyć zarówno najmłodszych jak i najstarszych, może w sposób zabawowy, ale przede wszystkim przystępny. Przykładem tutaj są eko pikniki, które od kilku lat wzbudzają coraz większe zainteresowanie. Muszę Państwu przyznać, że jednym z takich najważniejszych i najciekawszych elementów które się pojawiają w trakcie eko pikników to warsztaty np. z kuchni wegańskiej. Są to również warsztaty z kiszzonek jak również z wykorzystaniem kuchni roślinnej. **W Świdnicy mimo tego, że nie jest to duże miasto, coraz szerzej proponowane i podawane są posiłki wegańskie.** I to świadczy o tym, że to zainteresowanie i zapotrzebowanie klientów, konsumentów, mieszkańców wzrastają. Moja propozycja to przekazywanie ważnych treści, tutaj w zakresie klimatu, produkcji żywności i wpływu produkcji żywności na klimat, przedstawianie tego wszystkiego przede wszystkim w formie przystępnej. Serdecznie zachęcam różne inne miasta właśnie do takich form jak pikniki, jak również oczywiście rozszerzenie oferty posiłków w szkołach. **Szkoła w dzisiejszych czasach musi odpowiadać na wyzwania współczesności i na trendy, które obserwujemy.**



W jaki sposób budować decydenci i decydentki muszą budować świadomość społeczeństwa w zakresie potrzeby transformacji systemu żywności, aby być w tym skutecznym? Czy mógłby Pan podać przykłady działań w ramach Pana działań jako Wiceprezydenta?

Szymon Chojnowski

Jak już wspomniałam, uważam, że **poprzez edukację i wydarzenia miejskie możemy wszyscy zachęcać i przekonywać mieszkańców różnych miast do zdrowego odżywiania się, stosowania diety roślinnej i używania roślinnych produktów.** Ponadto w ramach Związku Miast Polskich powołano niedawno nową komisję - Komisję ds. klimatu. Myślę że jak najbardziej, byłoby to nawet wskazane, aby taka tematyka została tam uwzględniona. Jak Państwo zapewne słyszeli, Związek Miast Polskich jest wpływową organizacją, w której jest bardzo wiele miast, a komisje w nim działające rzeczywiście mają istotny wpływ na różne działania i projekty, które są następnie realizowane w wielu miastach. Przewodniczącą tej komisji została Pani Ewa Całus, która jest Pełnomocniczką Prezydenta miasta Krakowa ds. Klimatu.

Myślę też, że działalność organizacji takich jak te, które dziś Państwo reprezentujecie, to z jednej strony przyszłość, ale z drugiej strony już teraźniejszość. **Tę rewolucję w systemie żywienia, w pewnych trendach żywieniowych na rynku można już zaobserwować.** Coraz więcej restauracji, coraz więcej organizacji zachęca do stosowania diety roślinnej i ją rekomenduje. Podobnie jak Państwo, myślę, że mogę czuć się optymistą, jeśli chodzi o włączenie tego tematu do agendy.

Jestem zwolennikiem konkretnych działań, konkretnych projektów edukacyjnych w naszych dużych i małych miastach. Warto, aby ta informacja dotarła do wszystkich, oczywiście także na wieś. **Nie powinniśmy nikogo wyłączać z tego procesu.** Z drugiej strony budująca jest właśnie w działalność organizacji pozarządowych. Coraz wyraźniej dostrzegam, zarówno w Internecie, jak i słuchając tego, co Państwo mówicie, słuchając tego, co mówią eksperci, że rzeczywiście możemy być świadkami pewnego rodzaju rewolucji w systemie żywnościowym. Świadomość konsumencka wzrasta z roku na rok. Powiedziałbym, że z miesiąca na miesiąc. Myślę więc, że możemy być optymistami.



Z przeprowadzonej przez Future Food 4 Climate, Rodzice dla Klimatu, Green REV Institute oraz Akcji Demokracji ankiety wynika, że dostępność roślinnych posiłków w szkołach jest znikoma. Czy według Pani Poznań, który ma najwięcej wegańskich restauracji w przeliczeniu na populację w Polsce, ma szansę stać się liderem na rzecz dostępności roślinnych posiłków w publicznych szkołach?

Dorota Bonk-Hammermeister

Radna oraz przewodnicząca Rady Osiedla Wilda w Poznaniu. Współzałożycielka i wiceprezesa Stowarzyszenia Wildecka Inicjatywa Lokalna WILDzianie oraz współtwórczyni i prezeska Stowarzyszenia Prawo do Miasta. Od 2018 roku radna Miasta Poznania z ramienia poznańskich ruchów miejskich.


Pytanie trochę mnie zaskakuje, ponieważ nie wiedziałam, że Poznań ma największą liczbę wegańskich restauracji w przeliczeniu na mieszkańca. **Na pewno jednak nie wpływa to na dostępność wegańskich posiłków w szkołach, przedszkolach i żłobkach.** Zająłam się tym tematem nie tylko jako Radna Miejska, ale także jako matka. Mam trzy córki, najmłodsza jeszcze jest w szkole podstawowej, niedługo pójdzie do liceum. Kwestia posiłków w szkołach nurtuje mnie od dawna.

Często staramy się skierować uwagę na posiłki wegańskie ze względu na klimat, natomiast powinniśmy pamiętać, że jakość żywienia w szkołach jest fatalna. **Nikt nie zadaje sobie trudu, żeby to poprawić** – jeżeli w szkole są rodzice, którzy bardzo naciskają, wtedy być może coś się udaje zrobić. Mi się to nigdy nie udało. Najmłodsza córka przestała jeść mięso dwa lata temu. I tak naprawdę odważyła się powiedzieć, że w szkole nie ma dla niej oferty jakiś rok temu. Korespondowałam z firmą, która przygotowuje posiłki w naszej szkole. Otrzymałam informację, że nie ma problemu z dietą wegetariańską. Potem zapytałam moją córkę, co właściwie dostaje do jedzenia, i wyszło mniej więcej tak, jak w ankiecie, którą Państwo przeprowadzyliście. Wegetariański posiłek (o wegańskim raczej w ogóle można zapomnieć, ponieważ oczywiście zawsze tam się znajdzie jakiś ser, jajo albo mleko) zazwyczaj polega na tym, że usuwa się mięso. Czyli dostaje się “ziemniaczki i surówkę”. A zupa gotowana na mięsie, chociaż nie pływa w niej mięso, z pewnością jest wegetariańska.

Wiem, że **coraz więcej młodych ludzi eliminuje mięso i produkty zwierzęce na rzecz roślinnych, ale nie ze względu na aspekt zdrowotny, nie ze względu na to, że chcą być szczuplejsi, ale ze względu na dobrostan zwierząt i klimat.** Młodzi ludzie są coraz bardziej świadomi tego, co się dzieje z naszą planetą. Chcą zaczynać od siebie, bo to najlepsza droga do zmiany. A my jako samorządowcy powinniśmy im w tym pomóc. Niestety wydaje mi się, że zupełnie nie nadążamy za ich potrzebami i problemami. Ankieta, którą mi Państwo przedstawiliście, zawiera w sobie bardzo smutne wnioski. Wzięto w niej udział około 660 osób z czego około 50% mieszka w dużych miastach, mamy więc tutaj reprezentację i dużych i małych miast. Nie we wszystkich szkołach są stołówki, funkcjonują one w nieco ponad połowie szkół stołówek.

Moja córka w liceum w ogóle stołówki nie miała. Był tylko sklepik szkolny, gdzie można było kupić przekąski, które nie zawsze były zdrowe i na pewno to nie był ciepły, zbilansowany, zdrowy posiłek. Według ankiety ponad połowa osób stosuje dietę mięsną. Ta grupa raczej nie myśli o tym, co je w szkole, tylko je to, co dostaje. 45% młodych ludzi stosuje jakieś diety. Są to najczęściej diety wegetariańskie, semiwegetariańskie, flexi. Generalnie chcą eliminować mięso. Czy czują się dyskryminowani ze względu na dietę, jeżeli stosują dietę eliminacyjną? Dziwne, ale nie. Ponad 82% uważa, że nie są dyskryminowani. Uważają, że nic się złego nie dzieje z tego powodu, że w szkole nie ma dla nich oferty. I to jest kolejny problem, który zauważam w naszych szkołach od dawna: brak wychowania obywatelskiego. My po prostu nie znamy swoich praw. Nie wiemy, że już od najmłodszego wieku możemy wymagać. Nie wiemy, że **szkoła to nie tylko obowiązki**, ale na przykład, jeśli nie chcę jeść mięsa, mogę pójść do dyrektorki mojej szkoły i powiedzieć, że szkoła powinna przedstawić mi odpowiednią ofertę. Tymczasem te osoby, które nie jedzą mięsa, są skazane na to, że oferty dla nich nie ma i zjadają to przystawkiowe "ziemniaczki z surówką".

W ankiecie pojawia się dużo komentarzy dotyczących między innymi jakości oferowanego jedzenia w sklepikach i tego co kupują sobie dzieciaki, które nie mogą korzystać z obiadów szkolnych, bo nie ma dla nich oferty. **Jest to jedzenie bardzo słabej jakości, nieprzemyślane pod względem zbilansowania diety**, nie ma szans, aby było i ciepło i zdrowo. Odpowiedzi na ostatnie pytanie, w którym uczniowie zostali zapytani o to, jak wyobrażają sobie idealne żywienie w szkole, pokazały, że dzieci mają naprawdę świetne pomysły. One wiedzą, co powinny jeść, jak to powinno wyglądać - wiedzą czego chcą. Doświadczenie pokazuje, że tego, czego potrzebują, po prostu nie otrzymują.

 **Pod koniec maja skierowała Pani interpelację ws. dostępności wegańskich posiłków w stołówkach i bufetach przedszkoli, szkół podstawowych i ponadpodstawowych do Prezydenta Miasta Poznania. Dlaczego zdecydowała się Pani na działania w tym zakresie i jak ocenia Pani odpowiedź, którą Pani otrzymała?**

Dorota Bonk-Hammermeister

Ja również, jak pan Szymon jestem zwolenniczką **konkretnych działań**. Aby podjąć jakieś działania, trzeba wiedzieć, na czym się stoi. Chciałam się więc dowiedzieć, czy miasto Poznań podejmuje już jakieś kroki w celu ułatwienia dostępu do wegańskich i wegetariańskich posiłków w szkołach. A jeśli nie, to czy zamierza. Przedstawię Państwu, o co pytałam i jakie uzyskałam odpowiedzi. Moje pierwsze pytanie dotyczyło tego, czy Miasto Poznań wdrażało w przeszłości, czy wdraża obecnie, albo czy planuje wdrażać rozwiązania mające za zadanie systemowe lub punktowe zwiększenie dostępności wegańskich posiłków w szkołach. Otrzymałam odpowiedź, którą zawsze otrzymuję, gdy pytam o szkoły. Zgodnie z art. 68 prawa oświatowego o wszystkim decyduje dyrektor szkoły. Miasto nie może tu więc jakoby nic zrobić.

Zgodnie z odpowiedzią, którą otrzymałam od Zastępcy Prezydenta Miasta Poznania, planowanie żywienia zbiorowego odbywa się zgodnie z obowiązującymi przepisami i to dyrektor jest organizatorem pracy, który może współpracować z Radą Rodziców, która również może „wpływać, występować do dyrektora i innych organów szkoły”. Odpowiedź jest więc taka, że jako Miasto nie podjęliśmy takich działań, nie podejmujemy ich i prawdopodobnie nie zamierzamy ich podejmować, chyba że sami dyrektorzy będą tego chcieli. Tak więc **podpowiedzią dla nas, rodziców, i dla naszych dzieci jest presja, presja i jeszcze większa presja**. Musimy starać się wpływać na rady rodziców i dyrekcje szkół – to może być najskuteczniejszy sposób. Jako radnym miejska wiem, że nie do końca jest tak, że Miasto, jako organ prowadzący szkoły, ma związane ręce. Miasto może wskazywać kierunki, może wyznaczać pewne trendy, może nagradzać szkoły, które wprowadzają pewne rozwiązania. Dlatego zapytałam, czy Miasto Poznań robi coś w tym zakresie. Mimo że w Poznaniu jest najwięcej wegańskich lokali w przeliczeniu na liczbę mieszkańców, co może świadczyć o tym, że jest tu wiele osób stosujących dietę wegańską, Miasto Poznań jednak nie zamierza podjąć żadnych działań w tym kierunku.

Drugim moim pytaniem było: Jak odpowiedź na pierwsze pytanie ma się do różnych programów, europejskich, miejskich, takich programów jak miejski plan adaptacji do zmian klimatu Miasta Poznania, czy Europejski Zielony Ład, czy strategia Od pola do stołu. Niestety, otrzymałam odpowiedź, która nie odpowiada na moje pytanie. W odpowiedzi otrzymałam opis, na czym polegają te programy. Otrzymałam też informację, że Miejski Plan Adaptacji do Zmian Klimatu w ogóle nie zawiera w sobie kwestii żywieniowych. I być może tu właśnie popełniliśmy błąd, zapominając o tym ważnym aspekcie. Myślę też, że jest to **wskazówka, co jeszcze można poprawić w mieście – na pewno Miejski Plan Adaptacji do Zmian Klimatu**.


Pytanie trzecie: Czy i jakie akty prawa, ustawy, rozporządzenia zakazują wprowadzenia diety wegańskiej, albo nakazują stosowania jakichkolwiek diet, w domyśle mięsnych. Oczywiście odpowiedź jest dosyć jasna. **Przepisy prawne obowiązujące w Polsce dotyczące żywienia zbiorowego nie wprowadzają zakazu wprowadzenia diety wegańskiej w przedszkolach i szkołach**. Nie ma zakazu, czyli w zasadzie możemy już teraz działać, aby ta dieta została wprowadzona.

Ostatnie pytanie brzmiało: Jakie procedury i akty prawa miejscowego musiałyby zostać zmienione na poziomie placówek oświatowych, jednostek organizacyjnych i jednostek pomocniczych, aby wprowadzić dostępność opcji wegańskich posiłków w stołówkach, bufetach i automatach znajdujących się na terenie placówek oświatowych? I tutaj mamy odpowiedź bardzo króciutką: zgodnie z odpowiedzią na pytanie poprzednie nie ma żadnych prawnych przeciwwskazań do wprowadzenia posiłków wegańskich w placówkach oświatowych. Nie jest zatem konieczna zmiana przepisów w tym zakresie. Odpowiedzi te nie są zbyt optymistyczne, nie dają wielkiej nadziei na zmianę, żeby jednak nie było tak ponuro, przytoczę jaśniejszy punkt, jaki znalazłam w Poznaniu: jedno z ostatnich ogłoszeń o przetargach publicznych. Poszukiwano najemcy kuchni, który poprowadzi stołówkę szkolną.

Zapoznałam się ze specyfikacją istotnych warunków zamówienia i tam, co pocieszające, były dodatkowe punkty za udostępnienie uczniom diety wegańskiej. I to jest krok we właściwym kierunku. Wybierając firmy, które będą żywić nasze dzieci, powinniśmy zwracać uwagę na to, czy są one prowadzone przez kompetentne osoby, które nie tylko wiedzą, jak zrobić kotleta, surówkę, ziemniaki i zupę, ale także wiedzą, jak przyrządzić bardziej urozmaicone posiłki, w tym wegańskie, pełnowartościowe i zbilansowane dania. Powinniśmy nagradzać takie firmy. Uważam też, że należy zbadać możliwość wprowadzenia dni roślinnych w szkołach. Moja interpelacja jest wstępem do konkretnych działań. Myślę, że znajdę sojuszników.

To, o czym dziś mówimy obejmuje też dzieci, które muszą stosować różne diety specjalne. Mowa tutaj o dzieciach np. z cukrzycą, albo celiakią. Dzieci te są często **wykluczane ze zbiorowego żywienia w szkołach**. Dla nich również szkoły powinny zadbać o odpowiednie posiłki.

Na koniec anegdota z „mojej” szkoły: kiedy poszłam odebrać obiad dla córki, która była chora, usłyszałam rzucone pół żartem, pół serio: "Kiedy jej przejdzie?". Mam nadzieję, że nigdy jej to nie minie. I mam nadzieję, że wkrótce dzieciom takim, jak moja córka też będzie można zaoferować **pełnowartościowe posiłki w placówkach oświatowych**.

 **Działą Pan na rzecz wprowadzenia wegańskich posiłków do żłobków i przedszkoli. Jakich używa Pan argumentów w działaniach w tym zakresie i jakie są najczęstsze głosy sprzeciwu i co się udało?**


Filip Pelc

Niezależny radny warszawskiej dzielnicy Białołęka - członek Komisji Ochrony Środowiska, wiceprezes stowarzyszenia Nasza Choszczówka, weganin. Działą na rzecz wprowadzenia wegańskich posiłków do żłobków i przedszkoli.

W moim przypadku problem pojawił się, ponieważ chciałem zapisać dziecko do żłobka. Zacząłem szukać żłobku, który byłby w stanie zapewnić dzieciom diety wegańskiej. Okazało się, że jest to spory problem. Białołęka jest dzielnicą, która liczy około 140 000 mieszkańców i mieszkańek. **Naliczyłem jedynie cztery żłobki w których dało się zapewnić dietę wegańską.** Oczywiście nie były to żłobki publiczne, lecz prywatne, które miały podpisaną umowę z miastem. To znacznie ograniczyło mój wybór. Nie chciałem pogodzić się z takim obrotem sprawy, dlatego złożyłem interpelację. Jednak odpowiedź, jaką otrzymałem od miasta, jest dalece niezadowolająca. Argumentacja, którą podano była między innymi taka, że działalność gastronomiczna jest prowadzona w kuchniach. Napisano w nim również, że stanowisko autorytetów w dziedzinie dietetyki pediatrycznej wskazuje, że zapewnienie odpowiednio zbilansowanej diety wegańskiej najmłodszym dzieciom jest bardzo trudne, a ryzyko nieprzestrzegania zaleceń - wysokie. Właśnie tego typu argumentacji użyto. Prawidłowo zbilansowana dieta wegańska lub wegetariańska jest bardzo trudna, a nawet niemożliwa. Pod odpowiedzią na tę interpelację podpisała się dyrektor żłobków miasta stołecznego Warszawy.

Jak zobaczyłem tą odpowiedź, to trochę we mnie zawrzało. Chciałem się umówić na spotkanie z Panią Wiceprezydent Kaznowską. Spotkanie odbyło się, ale Pani Wiceprezydent nie mogła w nim uczestniczyć. Były na nim obecne osoby z biura. Oczywiście podczas rozmowy padły te same argumenty. Rozmowa może była sympatyczna, ale ciągle padało stwierdzenia, że to są kuchnie prowadzone przez żłobki, czy przedszkola i jest to praktycznie niemożliwe. Skupiliśmy się więc na tym, by przynajmniej w systemie rekrutacyjnym była **informacja, czy dany żłobek oferuje dietę wegańską**, co ułatwiłoby rodzicom przynajmniej zadanie pytania, gdzie mogą posłać swoje dziecko. Niestety, z tego, co zdążyłem się zorientować, nie ma jeszcze takiej możliwości. Mam nadzieję, że chociaż to się uda zrobić.

Jeśli chodzi o **wprowadzenie diety wegańskiej lub wegetariańskiej, w żłobku, do którego udało mi się posłać moje dziecko, nie jest to trudne**. Mamy tam catering i nie ma z tym żadnego problemu. Wydaje mi się, że nie jest to kwestia środków finansowych, ale bardziej kwestia chęci. Jeśli dostępne są usługi cateringowe, ich koszt może być taki sam. W idealnym świecie, gdybym złożył tę interpelację, miasto powinno było szybko zareagować i powiedzieć, że albo zapewnimy catering, albo po prostu dostosujemy kuchnię, aby zapewnić odpowiednią dietę. Niestety, nie żyjemy w idealnym świecie i tak się nie dzieje. Cały czas będziemy walczyć. Teraz moje dziecko idzie do przedszkola. Z 12 publicznych przedszkoli, do których dzwoniłem, tylko jedno oferowało dietę wegetariańską, ale tylko na podstawie zaświadczenia. We wszystkich innych przedszkolach dostałem informację, że nie ma możliwości zapewnienia diety wegańskiej dla dziecka. Jest to spory problem dla rodzica, który nie wyobraża sobie, aby jego dziecko jadło mięso. Jeżeli słyszę, że nie ma możliwości zapewnienia mojemu dziecku takiej diety, to w zasadzie to dyskwalifikuje posłanie mojego dziecka do takiego przedszkola. A przypomnę, że **mówimy tu o Warszawie**, gdzie sytuacja jest lepsza niż w innych miejscach. To pokazuje, że problem jest duży.

 **Dlaczego z Pana punktu widzenia debata na temat transformacji systemu żywności w Polsce jest tak bardzo ograniczona? Dlaczego tak rzadko słyszymy osoby decyzyjne wypowiadające się na temat weganizmu?**

Filip Pelc

To prawda, że tych dyskusji nie jest za wiele. Po to jesteśmy my, po to jest wasza organizacja, która wykonuje świetną robotę. Posłanka Sylwia Spurek także wykonuje kapitalną pracę, **uświadamiając ludzi w zakresie dobrostanu zwierząt**. Jeżeli chodzi o roślinne posiłki w żłobkach, czy w przedszkolach, to myślę, że spotykam się z podobnym oporem jak Pani Dorota. **Odpowiedzi, które otrzymuję są bardzo niezadowolające**, co podnosi ciśnienie. Warto też dodać, że po wszystkich bataliach z miastem zamieszczałem informacje na wegańskich grupach, gdzie odzew ze strony rodziców był dość duży.

Widać, że istnieje potrzeba zwiększenia dostępności posiłków wegetariańskich i wegańskich w żłobkach, przedszkolach i szkołach. Odzew, który otrzymałem od innych rodziców był taki, że musimy dalej działać. Nie możemy się poddawać. Trzeba coś w tej sprawie zmienić. Ja jestem optymistą i widzę jak sytuacja na rynku się zmienia. Pięć lat temu dostępność wegańskich produktów w sklepach była znacznie mniejsza. Jak już wspomniałam, w żłobku mojego syna bardzo dobrze rozwiązano kwestię firmy cateringowej i dostępności wegańskich posiłków. Nie jest to więc nic trudnego, wystarczy odrobina dobrej woli. Nie mam też wątpliwości, że sytuacja, w której obecnie się znajdujemy - weganie stanowią zdecydowaną mniejszość i muszą walczyć o prawa, które powinny być oczywiste - za kilka lat będzie postrzegana tak, jak obecnie postrzegamy palenie czarownic na stosie. Miejmy nadzieję, że za kilkadziesiąt lat nie będzie się o tym mówić. A naszą rolą jest jak najszybciej to zmienić. Tak, aby ta **transformacja nastąpiła jak najszybciej**.



Rozporządzenie z 2016 r. W sprawie zbiorowego żywienia wskazuje, że nabiał jest niezbędny w diecie osób uczniowskich. Czy z medycznego punktu widzenia to jest prawda?

Katarzyna Plucińska

Studentka VI roku kierunku lekarskiego na Uniwersytecie Medycznym w Poznaniu.
Wieloletnia Koordynatorka ds. Wymian Klinicznych Międzynarodowego Stowarzyszenia Studentów Medycyny IFMSA-Poland.

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016 r. w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełniać środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w tych jednostkach w artykule 2 punkcie 2 podpunkcie 6a reguluje, iż: Środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w jednostkach systemu oświaty muszą spełniać odpowiednie wymagania dla danej grupy wiekowej, wynikające z aktualnych norm żywienia dla populacji polskiej. Wymaga ono, aby każdego dnia były podawane: a) co najmniej dwie porcje mleka lub produktów mlecznych. Jest to o tyle niezgodne z aktualnym stanem wiedzy, iż zgodnie z wytycznymi światowej organizacji zdrowia **dieta wegańska jest odpowiednia na każdym etapie rozwoju człowieka**¹. W związku z tym pojawia się pytanie skąd takie wytyczne w rozporządzeniu? Podejrzewam, że wynikało to z faktu, iż **wiele wegańskich zamienników nabiału nie odpowiada wartościom odżywczym ich pierwowzorów** – znaczna część wegańskich mlek niestety nie jest fortyfikowana wapniem, nie zawiera tłuszczu i rozpuszczalnej w nim witaminy D3. Analogicznie wyglądała do tej pory sprawa z zamiennikami sera czy jogurtu – smaczne, aczkolwiek składające się głównie z cukru czy tłuszczów nasyconych zamienniki nie były zdrową alternatywą².

1. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/349086>

2. [https://www.clinicalnutritionjournal.com/article/S0261-5614\(20\)30656-7/fulltext](https://www.clinicalnutritionjournal.com/article/S0261-5614(20)30656-7/fulltext)

Z drugiej strony należy zastanowić się nad tym, czy w odniesieniu do produktów pochodzenia zwierzęcego zapis ten był wystarczająco drobiazgowy – nie regulował on czy może to być na przykład wyłącznie mleko 0%, żółty ser i masło, które jak wiemy nie należą do produktów o szczególnie dobrym składzie. **Rozporządzenie to – niestety – zgodnie ze stanem obecnej wiedzy wymaga korekty.** Mleko i produkty mleczne mogą być współcześnie zastąpione ich pełnowartościowymi alternatywami, aczkolwiek musi to być zrobione świadomie. Należy wybierać mleka fortyfikowane wapniem (są takowe dostępne na polskim rynku), jogurty zawierające odpowiednią ilość białka (są to głównie jogurty oparte na soi) czy sery z niską zawartością tłuszczów nasyconych. Przy tej okazji warto również przypomnieć, iż suplementacja witaminy D3 jest obecnie zalecana wszystkim osobom w wieku szkolnym w miesiącach od września do kwietnia, dlatego zawartość tej witaminy w pokarmie nie powinna być czynnikiem dyskryminującym dietę roślinną jako alternatywę dla nabiału³.

 **Polska to największy producent kurczaków czyli jak to ładnie mówi przemysł zwierzęcy - drobiu w Unii Europejskiej. Jesteś mieszkanką Wielkopolski regionu ferm, lekarką, działaczką. Co oznacza tak naprawdę w kontekście zdrowia publicznego pierwsze miejsce eksportowe Polski na mapie producentów mięsa z kurczaków?**

Katarzyna Plucińska

Przemysłowa hodowla drobiu jest powszechnie znana jako poważne zagrożenie dla środowiska. Badania potwierdziły, iż masowa hodowla drobiu powoduje znaczne zanieczyszczenie powietrza i wody. Prowadzi ona do emisji gazów cieplarnianych, eutrofizacji pobliskich cieków wodnych i dużych ilości odpadów. Pod względem zanieczyszczeń powietrza produkcja drobiu powoduje znaczną emisję amoniaku, metanu i dwutlenku⁴siarki. Inne zanieczyszczenia, takie jak lotne związki organiczne, pył zawieszony oraz związki azotu unoszące się w powietrzu (np. dwutlenek azotu) mogą mieć szkodliwe skutki zdrowotne (zarówno przewlekłe, jak i ostre), w tym powodować choroby układu oddechowego (np. zapalenie oskrzeli, astmę dziecięcą), choroby serca i nowotwory płuc. Oprócz obaw o zanieczyszczenie powietrza, przemysłowa hodowla drobiu może również wpływać na jakość wody. **Obecne praktyki stosowane do gospodarowania odpadami hodowlanymi nie wystarczają** do ochrony rzek, strumieni i innych zbiorników wodnych przed zanieczyszczeniami obecnymi w odchodach kurzych.

3. https://journals.viamedica.pl/forum_medycyny_rodzinnej/article/download/34726/25367

4. <https://www.mdpi.com/1660-4601/16/18/3429>

Nadmierne ilości składników odżywczych mogą powodować eutrofizację i śmierć dużych populacji ryb z powodu niedotlenienia i wysokiego poziomu amoniaku. Co więcej, duże ilości odpadów wytwarzanych przez hodowlę drobiu wiążą się z **podwyższonym ryzykiem zdrowotnym dla okolicznych mieszkańców**, ponieważ produkty uboczne uboju drobiu zazwyczaj zawierają patogeny, takie jak wirus ptasiej grypy, Salmonella i Campylobacter [BAKTERIE] z skażonej krwi, mięsa i odchodów. Innym problemem są bakterie odporne na środki przeciwdrobnoustrojowe występujące w produkcji drobiu. Spożywanie produktów drobiowych może prowadzić do narażenia na patogeny odporne na środki przeciwdrobnoustrojowe, zwiększając ryzyko dla zdrowia. Na przykład Campylobacter odporny na Fluorochinolony [BAKTERIE OPORNE NA ANTYBIOTYKI] – odzwierzęcy patogen przenoszony przez żywność występujący u kurczaków – może powodować zapalenie jelit i biegunkę. Staphylococcus aureus odporny na metycylinę [GRONKOWIEC ZŁOCISTY OPORNY NA ANTYBIOTYKI] (MRSA) nadal stanowi poważny problem w produkcji drobiu. MRSA wykryto w produktach drobiowych, a kontakt z kurczętami jest czynnikiem ryzyka kolonizacji MRSA. Narażenie na skażenie wodne związane z odchodami z kurczaka może wystąpić w miejscach rekreacyjnych (tj. pływanie lub łowienie ryb w zanieczyszczonych rzekach) lub podczas spożywania zanieczyszczonych wód gruntowych lub powierzchniowych wykorzystywanych do spożycia przez ludzi. Podrażnienia i zmiany skórne odnotowano również wśród osób mających bezpośredni kontakt ze skażonymi wodami powierzchniowymi, zwłaszcza wśród rybaków.

Jak wykazałam – **przemysłowa hodowla drobiu ma negatywny wpływ na zdrowie mieszkańców**. Nie tylko wywołując ostre, krótkotrwałe pogorszenie stanu zdrowia, ale niestety – co bardzo trudne do zmierzenia – zaostrzając lub wywołując choroby przewlekłe, głównie przez zanieczyszczenie powietrza. Dbając o zdrowie populacji musimy brać pod uwagę jakość powietrza czy wody z których wszyscy korzystamy.

 **Jest Pan członkiem Rodziców dla Klimatu oraz Stowarzyszenia Edukacji Klimatycznej. Czy w debacie klimatycznej żywność jest w ogóle wymieniana?**

Dariusz Sus

Reprezentuje zarówno Rodziców dla Klimatu jak i Stowarzyszenie Edukacji Klimatycznej „What about climate?”. Od 2008 roku zaangażowany w dwa ważne problemy: zanieczyszczenie powietrza i kryzys klimatyczny. Na co dzień ojciec trójki dzieci, od 5 lat na diecie wegańskiej.

Jest wymieniana. Kiedy przeprowadzamy szkolenia lub dyskusje z dziećmi, przedstawiamy im emisję gazów cieplarnianych z szeroko rozumianego rolnictwa, a wtedy nawet dzieci w zerówce pytają, czy chodzi o to, by nie jeść mięsa. **Nawet najmłodsze dzieci zdają sobie sprawę z pewnych powiązań między tym zagadnieniem a klimatem**. Kiedy zaczyna się dyskusja - i tu nie jesteśmy naciskowi, bo mówimy o klimacie, a nie o diecie - dzieci zasadniczo chcą wiedzieć więcej o tym problemie i jego skutkach.

Następnie wyjaśniamy im, ile ziemi trzeba uprawiać na potrzeby diety roślinnej, a ile na potrzeby diety mięsnej. Dzieci są zszokowane, bo myślą, że jest to jeden do jednego. Podczas tych rozmów nauczyciele są lekko zaniepokojeni z tego powodu, że zwykle nie mają tych opcji roślinnych w placówkach. Na przykład, jeśli chodzi o młodzież w szkołach średnich, mamy do czynienia z odwrotnym poglądem. Kiedy zadajemy im pytanie: "Ile wynoszą emisje gazów cieplarnianych z rolnictwa?", odpowiadają, że nawet 40 lub 50%. Dzieje się tak dlatego, że postrzeganie tej kwestii jest skumulowane. W tym przypadku podawane liczby są zbyt duże w stosunku do rzeczywistych wartości. I choć temat posiłków roślinnych zarówno w naszej pracy z dziećmi, jak i z dorosłymi nie jest kontrowersyjny, czasami zdarza się, że rodzice chcą odbyć sesję online, to właśnie temat diety roślinnej jest wtedy numerem jeden. Nikt nie mówi o tym, czy palisz w piecu, czy jeździsz samochodem elektrycznym, ale są oni bardzo zainteresowani roślinną opcją posiłków w szkołach. Oczywiście mówimy tu o tych rodzicach, którzy nie są wegetarianami ani weganami i nie mają wiedzy w tym zakresie. Tutaj również mają duże zastrzeżenia i to widać. Zazwyczaj osoby, które są nowe w temacie, mają pewne wątpliwości. Myślę, że ta grupa jest często pomijana w całym dyskursie. A mają oni wpływ na dzieci i, oczywiście, na szkoły.



Jesteśmy tutaj w gronie osób, które mają wpływ na zmianę systemową. Jako działacz, aktywista, rodzic o co chciałbyś poprosić samorządy z tego miejsca. Jaka jedna maksymalnie dwie zmiany mogłyby sprawić, że walka o planetę będzie łatwiejsza?

Dariusz Sus

Jako Rodzice dla Klimatu koncentrujemy się na dwóch sprawach. Pierwszym elementem jest poszerzenie podstawy nauczania o ten właśnie aspekt żywienia i włączenie do niej diety roślinnej. Jak wiemy, **istnieje wiele mitów i obaw związanych z niedożywieniem dzieci**. Przede wszystkim jest to tradycja i nieświadomość, co jest powodem istnienia takich przepisów dotyczących produktów mlecznych jak te zawarte we wspomnianym rozporządzeniu. Druga rzecz to zwiększenie dostępności i promocja diety roślinnej w opcjach żywieniowych. W dzisiejszych czasach dzieci mają wiele alergii, podobnie jak rodzice, co sprawia, że wiele miejsc oferuje opcję posiłków bez laktozy. Niektóre dzieci nie mogą jeść pewnych warzyw lub są uczulone na ryby. Moim zdaniem jest to także część zróżnicowanej diety i dostosowania się do potrzeb, gdy oferujemy możliwość wyboru diety roślinnej. Zbadałem moje dzieci na obecność metali ciężkich, ponieważ oczywiście każdy rodzic szuka przyczyny alergii u swoich dzieci. Nic nie znaleźliśmy, ale moja dziesięcioletnia córka miała podwyższony poziom rtęci. Prawdopodobnie przez jedzenie ryb. Teraz mamy kampanię w szkołach, aby coś z tym zrobić. Zastanawiam się, czy gdyby więcej dzieci poddało się badaniom na obecność popularnych metali ciężkich, czy to by trochę obudziło ludzi. Świadomość, że wyniki badań mojej córki wykazały podwyższony poziom rtęci, daje do myślenia.

Potrzebujemy zarówno **poszerzenia podstaw edukacji o dietę roślinną, zwiększenia dostępności posiłków roślinnych, ale także - co chciałbym dodać - edukacji rodziców.**

Moim zdaniem jest to bardzo ważne, ponieważ dziecko nie może być weganinem w szkole, a potem jeść mięso w domu. Dotyczy to zwłaszcza mniejszych dzieci, dla których rodzice są jeszcze wielkim autorytetem. Oczywiście młodzież zawsze postępuje odwrotnie i tu nie będzie problemu. Chodzi jednak o to, że w przypadku dzieci wszystko powinno być spójne. Nie możemy mówić czegoś innego w szkole, a potem dziecko przychodzi do domu i mówi coś zupełnie innego. Jeśli zrobimy te trzy rzeczy, myślę, że nam się uda.



Jest Pani edukatorką żywieniową i promotorką zdrowego trybu odżywiania. Jakie są najistotniejsze zalety zdrowotne przejścia na weganizm?

Sandra Marciniak

Licencjonowana dietetyczka kliniczna, edukatorka żywieniowa, autorka artykułów naukowych i popularnonaukowych, promotorka zdrowego i świadomego stylu życia, weganka, pasjonatka kuchni roślinnej. Aktualnie studentka studiów magisterskich na kierunku Dietetyka w Warszawskim Uniwersytecie Medycznym, aktywna członkini studenckich kół naukowych.

Według stanowiska światowych autorytetów w dziedzinie dietetyki (m.in. Amerykańskiej Akademii Żywienia i Dietetyki) **odpowiednio zaplanowane diety wegetariańskie, w tym wegańskie, są bezpieczne i prozdrowotne**, pokrywają zapotrzebowanie żywieniowe i są odpowiednie na każdym etapie życia człowieka, także w okresie ciąży, laktacji, niemowlęctwa, dzieciństwa, dojrzewania oraz dla sportowców⁵.

Badania udowodniły, że weganie – w porównaniu z osobami odżywiającymi się tradycyjnie – cechują się m.in. **niższym ciśnieniem tętniczym i niższym stężeniem cholesterolu całkowitego cholesterolu frakcji LDL, tzw. „złego” oraz glukozy, zazwyczaj mają także niższą masę ciała**^{5,6,7}.

Dieta roślinna przyczynia się do zmniejszenia ryzyka dietozależnych chorób przewlekłych, takich jak otyłość, cukrzyca typu 2, choroby sercowo-naczyniowe^{5,8}.

Wśród wegetarian i wegan obserwuje się także **niższe ryzyko wystąpienia niektórych rodzajów raka i nowotworów** ogółem w porównaniu z osobami jedzącymi mięso^{5,9}.

5. Melina V., Craig W., Levin S.: Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: Vegetarian diets. J. Acad. Nutr. Diet. 2016; 116(12): 1970–1980

6. Dinu M, Abbate R, Gensini GF, Casini A, Sofi F. Vegetarian, vegan diets and multiple health outcomes: A systematic review with meta-analysis of observational studies. Crit Rev Food Sci Nutr. 2017 Nov 22;57(17):3640-3649. doi: 10.1080/10408398.2016.1138447. PMID: 26853923

7. Tran E, Dale HF, Jensen C, Lied GA. Effects of Plant-Based Diets on Weight Status: A Systematic Review. Diabetes Metab Syndr Obes. 2020 Sep 30;13:3433-3448. doi: 10.2147/DMSO.S272802. PMID: 33061504; PMCID: PMC7533223

8. Remde A, DeTurk SN, Almarini A, Steiner L, Wojda T. Plant-predominant eating patterns - how effective are they for treating obesity and related cardiometabolic health outcomes? - a systematic review. Nutr Rev. 2022 Apr 8;80(5):1094-1104. doi: 10.1093/nutrit/nuab060. PMID: 34498070

9. Parra-Soto S, Ahumada D, Petermann-Rocha F, Boonpoor J, Gallegos JL, Anderson J, Sharp L, Malcomson FC, Livingstone KM, Mathers JC, Pell JP, Ho FK, Celis-Morales C. Association of meat, vegetarian, pescatarian and fish-poultry diets with risk of 19 cancer sites and all cancer: findings from the UK Biobank prospective cohort study and meta-analysis. BMC Med. 2022 Feb 24;20(1):79. doi: 10.1186/s12916-022-02257-9. PMID: 35655214

Plusy diety roślinnej to m.in.:

- wysoka zawartość błonnika pokarmowego, wit. C, E, K, folianów, magnezu, potasu, antyoksydantów¹⁰;
- brak lub mała ilość cholesterolu, znacznie mniejsza ilość NKT i zwiększony udział NNKT¹⁰;
- wysoka gęstość odżywcza, niska gęstość energetyczna;
- większy indeks sytości (błonnik, woda).

Wszystkie korzystne właściwości diet roślinnych dotyczą diet opartych na nieprzetworzonych i niskoprzetworzonych produktach roślinnych (warzywa, owoce, nasiona roślin strączkowych, pełnoziarniste produkty zbożowe, nasiona i orzechy)¹¹. Jednak, jeśli dieta roślinna nie jest odpowiednio zbilansowana, może powodować niedobory białka, kwasów tłuszczowych n-3, wapnia, żelaza, cynku, jodu, witamin D, A, B2, a przede wszystkim witaminy B12.

W takich przypadkach zaleca się stosowanie żywności wzbogaconej i suplementów diety^{12,13,14}.

Suplementacja:

- **witaminy B12** - konieczność suplementacji; nie tylko na diecie wegańskiej, ale już na wegetariańskiej;
- **witaminy D3** - konieczność suplementacji; najlepiej przez cały rok;
- **kwasy n-3** – warto rozważyć suplementację;
- **jod** – nie musi być suplementowany, pod warunkiem, że jego źródła występują w diecie (wodorosty, sól jodowana, woda z dodatkiem jodu); jeżeli ktoś unika tych produktów, warto by wprowadził suplement z jodem;
- **inne składniki** – w stanach niedoboru, po konsultacji z lekarzem i/lub dietetykiem¹⁵.

Weganie mają niższą gęstość mineralną kości i wyższe ryzyko złamań, w większym stopniu narażeni są na osteoporozę niż osoby wszystkożerne^{16,17}.

Osoby stosujące **dietę roślinną są na ogół zdrowsze** niż osoby stosujące dietę tradycyjną. Osoby na diecie wegańskiej powinny być świadome ryzyka potencjalnych niedoborów żywieniowych. Ważne jest wykonywanie kontrolnych badań laboratoryjnych każdego roku.

10. Weikert C, Trefflich I, Menzel J, Obeid R, Longree A, Dierkes J, Meyer K, Herter-Aeberli I, Mai K, Stangl GI, Müller SM, Schwerdtle T, Lampen A, Abraham K. Vitamin and Mineral Status in a Vegan Diet. *Dtsch Arztebl Int.* 2020 Aug 31;117(35-36):575-582. doi: 10.3238/arztebl.2020.0575. PMID: 33161940; PMCID: PMC777984611. Parol D., Mamcarz A.: Diety roślinne w kontekście chorób układu sercowo-naczyniowego. *Folia Cardiologica* 2015 tom 10, nr 2, strony 92-99 DOI: 10.5603/FC.2015.0019

12. Langan R.C., Goodbred A.J.: Vitamin B12 Deficiency: Recognition and Management *Am Fam Physician.* 2017 Sep 15;96(6):384-389

13. Neufingerl N, Eilander A. Nutrient Intake and Status in Adults Consuming Plant-Based Diets Compared to Meat-Eaters: A Systematic Review. *Nutrients.* 2021 Dec 23;14(1):29. doi: 10.3390/nu14010029. PMID: 35010904; PMCID: PMC8746448

14. Bakaloudi DR, Halloran A, Rippin HL, Oikonomidou AC, Dardavesis TI, Williams J, Wickramasinghe K, Breda J, Chourdakis M. Intake and adequacy of the vegan diet. A systematic review of the evidence. *Clin Nutr.* 2021 May;40(5):3503-3521. doi: 10.1016/j.clnu.2020.11.035. Epub 2020 Dec 7. PMID: 33341313

15. Kibil I. Wege. *Dieta roślinna w praktyce PZWL Warszawa 2020*, s 259-261

16. Galchenko A, Gapparova K, Sidorova E. The influence of vegetarian and vegan diets on the state of bone mineral density in humans. *Crit Rev Food Sci Nutr.* 2021 Nov 1:1-17. doi: 10.1080/10408398.2021.1996330. Epub ahead of print. PMID: 34723727

17. Iguacel I, Miguel-Berges ML, Gómez-Bruton A, Moreno LA, Julián C. Veganism, vegetarianism, bone mineral density, and fracture risk: a systematic review and meta-analysis. *Nutr Rev.* 2019 Jan 1;77(1):1-18. doi: 10.1093/nutrit/nuy045. PMID: 30376075



Co jest z Pani punktu największą przeszkodą we wprowadzeniu wegańskich posiłków do szkół? Czy to jest brak chęci, brak zasobów, brak edukacji w zakresie przygotowywania roślinnych posiłków, stereotypy a może jeszcze coś innego?

Sandra Marciniak

Przyczyną może być brak chęci ze strony dyrekcji szkół, jak i pracowników stołówek – nie chcą zadawać sobie trudu. Przeszkodą są również **błędne przekonania na temat diet bezmięsnych**, przykładowo, że takie diety są niepełnowartościowe i nieodpowiednie dla dzieci, a ich stosowanie wiąże się z wysokimi kosztami. Takie przekonania funkcjonują wśród dorosłych i są później przekazywane młodszymi. Powoduje to **stygmatyzację i wykluczenie** dzieci na diecie roślinnej z grupy rówieśniczej.

Kolejnym elementem jest **brak edukacji w zakresie wartości prozdrowotnej diet roślinnych** wśród rodziców, nauczycieli, pracowników stołówek, jak i prawidłowego komponowania posiłków. Można to zmienić poprzez organizację warsztatów kulinarnych, wprowadzenie Dni Zdrowia albo przedmiotu „Edukacja zdrowotna”. Do tego dochodzi problem **braku dietetyków w szkołach oraz braku ogólnego ustawodawstwa**. Uważam, że dieta roślinna powinna być **szerzej promowana, a wiedza na jej temat powszechnie dostępna** m.in. dla pracowników oświaty, ochrony zdrowia i pracowników gastronomii.

SESJA Q & A

SESJA Q & A

SESJA Q & A

SESJA Q & A

SESJA Q & A

SESJA Q & A

SESJA Q & A

Q1 Czy nasz talerz to prywatna sprawa?

SZYMON CHOJNOWSKI: Patrząc na doniesienia naukowców, na to, co dociera do nas z różnych źródeł, myślę, że nie możemy pozostać obojętni na te informacje. Uważam też, że bardzo ważny jest głos młodego pokolenia, którego wszyscy musimy słuchać, a który dociera do nas obecnie zewsząd. Musimy być na niego wrażliwi. To, co oni do nas mówią, musi do nas dotrzeć. Nie chodzi tylko o Gretę, nie tylko o Młodzieżowy Strajk Klimatyczny, ale o ruch, którego w tej chwili nie da się powstrzymać. Jest on widoczny nie tylko w Polsce, ale na całym świecie. Jak już wcześniej wspomniałem, jesteśmy świadkami rewolucji. Myślę, że to dobre pytanie, które powinno dać nam wszystkim do myślenia. Na pewno warunki w jakich zwierzęta są przechowywane, jak wyglądają masowe hodowle, myślę, że uczestnicy tej dyskusji zdają sobie z tego sprawę. Zarówno słuchacze, jak i uczestnicy zdają sobie sprawę, że coś jest nie do końca w porządku. Nie możemy dłużej utrzymywać tego systemu produkcji żywności, ponieważ jego wpływ na ekosystem, na nasze zdrowie i na nas samych jest fatalny. Są to naukowe stwierdzenia, z którymi trudno się nie zgodzić.

Q2 **Poza dostępnością diety roślinnej w szkołach ogromnym problemem jest także marnowanie żywności, są to niekiedy straty rzędu 30-40% lub więcej. Czy samorządy podejmują się zdiagnozowania przyczyn tego zjawiska oraz jakie pomysły i działania podejmują aby sobie z tym poradzić? (Pytanie od M. Wichniarz - Rodzice dla Klimatu)**

DOROTA BONK-HAMMERMEISTER: Odpowiedź również brzmi nie. Samorządy, które znam, a staram się interesować tym, co dzieje się w Polsce, także poprzez Kongres Ruchów Miejskich, w ogóle nie zajmują się tym tematem. O ile w przypadku np. supermarketów, sklepów wielkopowierzchniowych, większe znaczenie ma prawodawstwo na szczeblu krajowym i władze lokalne nie mogą tu wiele zrobić, o tyle jeśli weźmiemy pod uwagę marnowanie żywności w stołówkach szkolnych, przedszkolnych, domach pomocy społecznej i szpitalach miejskich, wydaje się, że samorządy miałyby duże pole do popisu. Niestety nie słyszałam o takich działaniach.

Q3

W kontekście obaw i niepokoju rodziców i opiekunek.ów - kto powinien edukować o korzyściach roślinnych diet? Czy to rola szkoły i nauczycieli.lek, dietetyczek/dietetyków w szkołach i placówkach oświatowych? (Pytanie do A.Spurek - Green REV Institute)

FILIP PELC: Gdybym tylko mógł coś dodać do tego pytania. Jest informacja, że każda dieta powinna być skonsultowana z dietetykiem i tutaj chciałabym uzupełnić to pytanie osobami, które zajmują się tym zawodowo. Czy uważacie, że w każdej szkole powinien być dietetyk, czy wystarczyłby jeden dietetyk na poziomie miasta?

SANDRA MARCINIAK: Z chęcią włącza się do rozmowy. Nawet gdyby dietetyk nie był zatrudniony na cały etat, myślę, że dobrze byłoby, gdyby był przynajmniej raz w tygodniu, na przykład w celu konsultowania jadłospisów w szkołach. Może dobrym pomysłem byłoby zwiększenie dostępności dietetyków dla dzieci w szkołach, ponieważ usługi dietetyczne nie są refundowane przez Narodowy Fundusz Zdrowia. A to może stanowić pewnego rodzaju barierę przed korzystaniem z takich usług.

Q4

Czy wiadomo czy jakiegokolwiek miasta pamiętały o aspekcie żywności w planie adaptacji do zmian klimatu?

DOROTA BONK-HAMMERMEISTER: Podejrzewam, że miejskie plany adaptacji do klimatu są sporządzane podobnie jak strategie rozwoju miast i regionów, na zasadzie jednej sztancy, czyli nie podejrzewam, że któreś miasto się z tego wyłamało, ale to jest rzecz do sprawdzenia.

Q5

Jako aktywistka działającą na rzecz praw zwierząt, chciałam zapytać co z edukacją na temat praw zwierząt? Chodzi mi głównie o edukację w kierunku budzenia empatii u dzieci i młodzieży, edukację której celem byłoby budowanie w przyszłości etycznego społeczeństwa. (Pytanie od E.Mikuckiej)

FILIP PELC: Jestem otwarty na wszelkie formy pomocy. Jeśli pojawi się jakaś inicjatywa, chętnie ją wesprę. Zachęcam też do kontaktu. Jeśli jest potrzeba napisania pisma lub zastanowienia się nad szerszymi działaniami, serdecznie zapraszam do kontaktu.

SZYMON CHOJNOWSKI: Dodam, że myślę, że ważne byłoby, aby wiele miast, a przynajmniej kilka na poziomie Polski, współpracowało ze sobą. Myślę, że jest to ważne pytanie.

Jak już wspomniałem, w ramach Związku Miast Polskich działa Komisja ds. klimatu, do której można zgłaszać różne tego typu projekty. System żywnościowy polegający na masowej hodowli zwierząt jest obecnie krytykowany z różnych stron. Należy wziąć pod uwagę głosy naukowców, którzy zwracają uwagę na ten aspekt. Odnosi się to także do kwestii etycznych. Najwyraźniej coś tu jest nie tak i takich głosów należy słuchać i brać je pod uwagę. Myślę, że jest coraz większa otwartość, rośnie świadomość mieszkańców miast, zarówno małych, jak i dużych. Rośnie zainteresowanie tematem zdrowej żywności. Mogę to zaobserwować na przykład na różnych lokalnych targach na które uczęszczam. Widzę też, na jakie produkty jest największy popyt. Większą uwagę zwraca się na produkty pod względem jakości. Zwraca się też uwagę na pochodzenie tych produktów, czy są one lokalne, czy nie. Takich pytań wśród konsumentów jest coraz więcej, a świadomość na ten temat jest coraz większa. W dzisiejszych czasach praktycznie każdy z nas ma dostęp do Internetu, a młodzi ludzie są, że tak powiem, na zupełnie innym etapie kształtowania świadomości i zdobywania wiedzy niż pewnie wielu z nas. Bardzo dziękuję za to pytanie, jest to bardzo ważne pytanie.



Pytanie skierowane do Pani Radnej i Pana Wiceprezydenta: Czy u Państwa szkoły korzystają z Programu Mleko w Szkole? Komisarz Wojciechowski określa to wsparcie jako społeczne. W ramach środków WPR, wydajemy ze środków publicznych 10 milionów euro rocznie w Polsce, a 80 mln

w całej Europie na zakup małych kartoników mleka zwierzęcego dla osób uczniowskich i umacnianie wizerunku mleka jako zrównoważonej żywności, pomimo, że w Sadkowie mieszkańcy i mieszkanki walczą o nieotwieranie fermy, która zniszczy im życie. Komisja Europejska nie rozszerzyła wsparcia na mleko roślinne co oznacza, że wsparcie tzw. społeczne to faktycznie wsparcie dla produkcji mleczarskiej. Jak jest u Państwa?

DOROTA BONK-HAMMERMEISTER: Tak, w poznańskich szkołach dzieci dostają mleko w tych kartonikach. Zdaje się, że to jest mleko 1,5%. Wydaje się, że raczej dzieci nie chcą go pić i szkoły rezygnują z zamawiania tego mleka, ponieważ się marnuje. W naszej Wildeckiej Jadłodzielni, gdzie można przynosić jedzenie, często pojawiały się całe zgrzewki takiego mleka z pobliskiej szkoły.

SZYMON CHOJNOWSKI: Niestety w tej chwili nie odpowiem, ponieważ muszą to sprawdzić.



Realizujemy projekt. Chcemy aby miasta, samorządy w Polsce rozpoczęły debatę o zmianie na talerzu. Mowa tutaj o talerzach w stołówkach szkolnych, ale także na talerze na konferencjach, wydarzeniach organizowanych przez samorządy. Jak możemy to zrobić najskuteczniej, systemowo, trafiając do serc i żołądków osób decydenckich. (Pytanie od Green REV Institute)

FILIP PELC: Myślę, że tego typu panele, tego typu dyskusje przybliżają nas do siebie. Podczas dyskusji mówiliśmy o potrzebie współpracy miast, dobrze by było, gdybyśmy dzielili się naszymi doświadczeniami, pomysłami. Zmagamy się z tym, bo miejsce, w którym teraz jesteśmy, to praktycznie pustynia, gdzie jest dużo rzeczy do zrobienia. Myślę, że po spotkaniu będziemy mogli poszerzyć sieć kontaktów i zrobić coś razem.

DOROTA BONK-HAMMERMEISTER: Pan Filip pokazał, że trudno jest odpowiedzieć na pytanie jak trafić bezpośrednio do decydentów, czy jak taką zmianę faktycznie przeprowadzić na poziomie samorządów. Myślę, że trzeba szukać lokalnych sojuszników, tak jak Państwo znaleźliście dzisiaj sojuszników w Warszawie, Poznaniu czy Świdnicy. Trzeba szukać ludzi, którzy zasiadają w radach gmin, miast, osób otwartych na zmianę, które zajmują wysokie, decyzyjne stanowiska w lokalnych władzach. Osób, które przynajmniej rozpoczną debatę i wywołają temat. Zaczniemy uświadamiać, że zmiana jest możliwa - nie oznacza ona pogorszenia jakości życia naszych dzieci, lecz wręcz przeciwnie, nie będzie też dużo droższa od tego, co mamy obecnie. Przecież wcale nie płacimy mało za posiłki naszych dzieci, warto więc, by były zdrowsze. Myślę, że takie zmiany na poziomie samorządów można i trzeba już zaczynać. Komisje merytoryczne przy radach miejskich, np. komisja oświaty czy komisja zdrowia, są chyba na początek najbardziej odpowiednim miejscem.

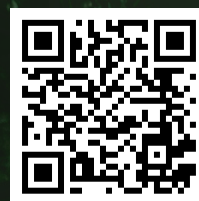
SZYMON CHOJNOWSKI: Cieszę się, że jest coraz więcej osób, które podejmują takie tematy i nie boją się o nich mówić. Myślę, że musimy po prostu stworzyć sieć kontaktów i współpracować na różnych poziomach. Na pewno organizacje pozarządowe, władze lokalne, na pewno wszystkie zainteresowane osoby, które chciałyby się zaangażować w takie działania. Działania systemowe i zintegrowane mają tu głęboki sens. Edukacja społeczna. Myślę, że to jest bardzo ważny temat i myślę, że takich osób będzie coraz więcej.

Projekt ROŚLINNE POSIŁKI

W ramach projektu Roślinne Szkoły radni i radne z Poznania, Krakowa, Warszawy, Wrocławia, Katowic złożyli interpelacje do władz samorządowych apelując o działania na rzecz dostępności diety wegańskiej w placówkach oświatowych.

Odpowiedzi, które otrzymywali i otrzymują zawsze odnoszą się tego, że samorząd jest przekonany, że nie ma problemów z dostępnością posiłków, a o szkolnych czy przedszkolnych stołówkach i cateringach decydują dyrektorzy i dyrektorki placówek oświatowych. W ramach projektu aktywiści i aktywistki składają petycje do władz samorządów z wezwaniem o zapewnienie dostępności wegańskich, zbilansowanych posiłków dla osób uczących się oraz o inicjację działań edukacji żywnościowej w szkołach i przedszkolach.

Green REV Institute złożył uwagi do projektu polityki żywnościowej Miasta Stołecznego Warszawa w czerwcu 2022 r. Obecnie współpracuje z ponad 50 organizacjami społeczeństwa obywatelskiego i mobilizuje władze lokalne do zajęcia się naprawą systemu żywnościowego. Pracuje także nad nowelizacją Rozporządzenia Ministra Zdrowia z 2016 r. w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełniać środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w tych jednostkach. Interpelacje, odpowiedzi, petycje znajdują się w Bibliotece Future Food 4 Climate.





REV
.institute