

BEZPIECZNA ŻYWNOSĆ

ETYKA • ZDROWIE • KLIMAT

Gdy sensacja wygrywa z nauką

Dezinformacja żywieniowa jako
zagrożenie dla zdrowia publicznego

Świadomość klimatyczna
i oszczędność – argumenty
za cateringiem roślinnym

Raport

Listy do rządzących piszą

Chęć / Ciborska / Duniewicz /
Krzyżak-Pitura / Pomianek /
Skubała / Spurek / Wichniarz /
Wolska / Wolnicka

OD REDAKCJI

System żywnościowy realnie podkopuje fundamenty współczesnej medycyny. Tu i teraz. W mierzalnych wskaźnikach zdrowia publicznego.

W Polsce w hodowli zwierząt zużywa się około 800 ton antybiotyków rocznie. To paliwo dla antybiotykooporności, jednego z największych zagrożeń zdrowotnych XXI wieku. Jeśli obecny trend się utrzyma, w perspektywie kilkudziesięciu lat antybiotyki mogą przestać skutecznie działać u ludzi. Oznaczałoby to cofnięcie medycyny o dekady. To jeden z najbardziej widocznych, lecz nie jedyny, przejawów systemu generującego poważne zagrożenia zdrowotne.

Równolegle żyjemy w środowisku żywieniowym, w którym około 70% diety stanowi żywność wysoko przetworzona. Badania pokazują, że negatywnie wpływa ona na większość analizowanych wskaźników zdrowia i zwiększa ryzyko chorób sercowo-naczyniowych oraz nowotworów. Nie jest to wyłącznie kwestia „złych wyborów konsumenckich”, lecz rezultat systemu, który masowo produkuje, subsydiuje i promuje żywność szkodliwą dla zdrowia, a jej długofalowe koszty przerzuca na system ochrony zdrowia i całe społeczeństwo. Przez lata działał on poza faktyczną społeczną kontrolą, normalizował szkody środowiskowe, zdrowotne i etyczne, nazywając je „nieuniknionymi skutkami postępu”.

Państwo finansuje ten model podwójnie. Z jednej strony ponosi koszty leczenia otyłości, cukrzycy i innych chorób dietozależnych. Z drugiej – w instytucjach publicznych utrwała dokładnie ten sam wzorzec żywienia, który oficjalnie uznaje za jedną z głównych przyczyn epidemii chorób. Raport Najwyższej Izby Kontroli z 2025 r. pozostawia wątpliwości. Działania są nieskoordynowane, fasadowe i pozbawione realnych narzędzi wdrożeniowych. To nie „niedoskonałość systemu”, lecz jego wewnętrzna sprzeczność.

Edukacja żywieniowa nie ma szans wygrać z agresywnym marketingiem i powszechną dostępnością złej żywności, jeśli nie zmienia się środowiska wyboru. W tej asymetrii rzetelna wiedza przegrywa z influencerami, algorytmami i reklamą.

Dlatego trzeci numer magazynu ukazuje się pod nowym tytułem: Nowa Bezpieczna Żywność. Bo dotychczasowe rozumienie bezpieczeństwa – sprowadzone do kontroli i norm – okazało się niewystarczające wobec epidemii chorób dietozależnych, kryzysu klimatycznego i dezinformacji żywieniowej.

Jedzenie „po prostu jest”. Na półce, w aplikacji, na wynos. Cała reszta znika z pola widzenia: warunki hodowli zwierząt, degradacja gleb, nadmierne zużycie wody, chemizacja produkcji, emisje. Tymczasem to właśnie te niewidzialne elementy decydują o tym, czy obecny system żywnościowy jest bezpieczny. Coraz więcej instytucji i rządów zaczyna go kwestionować – nie z powodów ideologicznych, lecz dlatego, że dalsze udawanie, iż wszystko działa poprawnie, przestaje być możliwe. Zmiana zaczyna się od uznania, że obecny model ma realne granice: środowiskowe, zdrowotne i etyczne.

W tym numerze oddajemy głos osobom eksperckim i rzeczniczym. W formule 10 listów – 10 życzeń pytamy, czego obywatelki i obywatele mają prawo oczekiwać od rządzących w obszarze zdrowia publicznego, edukacji, środowiska, klimatu, dialogu społecznego oraz polityk miejskich, wiejskich i europejskich. Szczególne miejsce poświęcamy raportowi autorstwa Billy’ego Nichollesa i dr. Chrisa Bryanta, który pokazuje, że zmiana systemu żywienia w instytucjach publicznych może być jednocześnie racjonalna ekonomicznie, korzystna dla zdrowia i znacząco redukować ślad klimatyczny. To twarde dane podważające argument, że „na zdrową żywność nas nie stać”. Raport uzupełnia komentarz ekspercki prof. Janusza Janczukowicza, osadzający te wnioski w polskim kontekście instytucjonalnym.

W reportażu Agaty A. Skrzypczyk przyglądamy się innemu, często pomijanemu, wymiarowi bezpieczeństwa żywnościowego: informacji. Na przykładzie głośnego wywiadu Bogdana Rymanowskiego z prof. Grażyną Cichosz autorka pokazuje, jak dezinformacja żywieniowa podkopuje zaufanie do nauki, szkodzi zdrowiu społeczeństwa i deformuje debatę publiczną. Bez rzetelnej informacji nie ma bowiem realnego bezpieczeństwa – ani żywnościowego, ani zdrowotnego. Jak podkreśla autorka: „każdy ma prawo do własnej opinii, ale nie do własnych faktów”.

Ten numer traktujemy jako zaproszenie do współodpowiedzialności. Bo żywność nigdy nie jest wyłącznie prywatnym wyborem – każda decyzja konsumencka jest w dużej mierze kształtowana przez system.

SPIS TREŚCI

Od redakcji	1
Niech prawo do zdrowej, etycznej żywności stanie się priorytetem	4
Jeśli chciwość będzie wygrywać z przyzwoitością, utracimy wszystko, co posiadamy	8
Dialog społeczny w kontekście zwierząt i klimatu – gdzie jesteśmy, czego potrzebujemy?	15
Edukacja i zdrowie publiczne – życzenie o edukacji żywieniowej i profilaktyce zdrowotnej	19
Aktywność organizacji trzeciego sektora zapewnia równość w dostępie do żywności	27
Bezpieczeństwo publiczne zależy w dużej mierze od ochrony gleb, wód i powietrza	31
Jedno życzenie dla przyszłości: odważna i spójna polityka żywnościowa i klimatyczna	36
Nasze miasta muszą projektować lokalne systemy dla bezpieczeństwa żywnościowego	42
Domagajmy się, by rządzący projektujący przyszłość nie ulegali naciskom grup interesu	48
Ogród to przestrzeń edukacji żywnościowej i klimatycznej, która kształtuje przyszłe pokolenia	51
Świadomość klimatyczna i oszczędność – argumenty za cateringiem roślinnym	60
Wiemy, co chcemy osiągnąć, wiemy, dlaczego, ale czy wiemy jak?	86
Gdy sensacja wygrywa z nauką, czyli o dezinformacji żywieniowej i odpowiedzialności mediów	98

Nowa Bezpieczna Żywność
Magazyn Green REV Institute
ISSN 3071-8015

Wydawca
Fundacja Green REV Institute
Giordana Bruna 34 / skr. 5
02-523 Warszawa
kontakt@greenrev.org

Zarząd Fundacji
Anna Spurek
Morgan Janowicz

© copyright by Green REV Institute
Publikacja bezpłatna
Warszawa, Nr 3 / marzec 2026

Redaktorka naczelna
Dagmara Szastak

Współpraca
Myka Żabińska

Korekta
Literalnie Justyna Szumieł

Projekt graficzny i skład
Ewa Brejnakowska-Jończyk

Wspieraj naszą zieloną rewolucję!
Jesteśmy organizacją pożytku publicznego (OPP). Zainwestuj 1,5% swojego podatku w budowę nowego, etycznego i bezpiecznego dla wszystkich systemu żywnościowego.

KRS: 0000521182



NIECH PRAWO DO ZDROWEJ, ETYCZNEJ ŻYWNOŚCI STANIE SIĘ PRIORYTETEM

Anna Spurek

Green REV Institute

Zwracam się do Prezydenta RP, Karola Nawrockiego, z apelem o rozpoczęcie debaty dotyczącej prawa do zdrowej, etycznej żywności w Polsce. Ten temat jest szczególnie istotny, konsekwentnie pomijany albo podejmowany w sposób niekompletny przez osoby decydenckie. Łączy on krytyczne wyzwania: w ochronie zdrowia, w prawach rolników i rolniczek, związane z konsekwencjami kryzysu klimatycznego dla systemu żywności i rolnictwa, a także w prawach osób mieszkających na obszarach wiejskich. Prawo do etycznej, zdrowej i bezpiecznej żywności jest redukowane do kwestii bezpieczeństwa jej produkcji, certyfikacji, kontroli odpowiednich służb czy zapewnienia jakiegokolwiek wsparcia w tym zakresie żywności dla osób w kryzysie ubóstwa. Często prawo do etycznej zdrowej żywności nazywane jest ideologią, staje się obiektem ataków dezinformacyjnych i tematem wykorzystywanym do dzielenia nas – obywateli i obywaterek.

Od lat Green REV Institute, think tank, który działa na rzecz sprawiedliwości żywnościowej, prowadzi badania. W 2023 r. przeanalizowaliśmy działania największych sieci handlowych: Żabki, Biedronki, Lidla, Dino, Kauflanda. Nasza analiza¹ pokazała, że sieci, które stały się fundamentem dostępu do żywności dla ponad 80% Polek i Polaków, promują żywność niezdrową, produkty przetworzone, pochodzące z ferm wielkotowarowych mięso i nabiał. Te promocje to nie tylko reklamy w aplikacjach czy gazetkach, ale też promocje cenowe, na które jesteśmy szczególnie wrażliwi, gdyż pod koniec dnia musimy decydować portfelem. To nasze babcie, dziadkowie, osoby, które mają niższe dochody, mają pozorny wybór w popularnych sieciach, które zdominowały rynek, i wybierają zgodnie z oczekiwaniami korporacji – żywność, która szkodzi. Nie mamy dostępu do innej żywności – jesteśmy ofiarami wykluczenia transportowego, transformacji gospodarczej, która wzmocniła korporacje i duże podmioty kosz-

¹ <https://bezpiecznazywnosc.org/2024/01/04/raport-meat-us-half-way/>

tem dostępu do lokalnej, sezonowej, zdrowej żywności. Ubóstwo żywnościowe to zarówno brak dostępu do żywności, jak i dostęp do żywności, która szkodzi i powoduje wzrost liczby osób, które są narażone na choroby cywilizacyjne.

Obecnie przez otyłość coraz więcej młodych ludzi cierpi na raka jelita grubego: liczba osób powyżej 30. roku życia, które usłyszały taką diagnozę, wzrosła 10-krotnie w porównaniu z danymi sprzed 30 lat. Problem cukrzycy dotyka aż 4 milionów Polek i Polaków, z czego 1 milion to przypadki niezdiagnozowane².

Wykluczenie żywnościowe zaczyna się w polskich przedszkolach i szkołach. W 2024 r. sprawdziliśmy jadłospisy ponad 1000 szkół podstawowych w Polsce³. Polskie stołówki i firmy cateringowe serwują żywność, która szkodzi – głównie przetworzone mięso, nabiał, żywność z ferm wielkotowarowych. Polska słynie z warzyw, owoców – żywności, którą pamiętam z dzieciństwa. Jednak dzisiaj nasze dzieci nie mają szans na kształtowanie zdrowych nawyków żywnościowych. Są wychowywane w kulturze żywności niezdrowej i nie zrównoważonej.

W 2024 r. zapytałyśmy młodych Polaków i młode Polki w sześciu polskich miastach o to, co jedzą i co wiedzą o jedzeniu⁴. Wyniki badania „Klimat na talerzu. Wybory żywieniowe starszych nastolatków w perspektywie zdrowia i klimatu” pokazują smutny obraz samotności żywnościowej młodych ludzi – którzy zostali skazani na kanapki z Żabki, są kuszeni promocjami i aplikacjami, nie będą pamiętać smaku rodzinnych posiłków. Oczywiście konsekwencje będą i są poważne – dla ochrony zdrowia, budowania wspólnoty przy rodzinnym stole, polskiego rolnictwa. Serdecznie zachęcam Pana Prezydenta do zapoznania się z obydwojoma badaniami. To ważny fundament dla zrozumienia, że czas na nowe podejście do żywności.

Roślinna transformacja jest podstawą do budowania solidarności żywnościowej. Najnowsze badania naukowe nie pozostawiają wątpliwości – przejście na dietę roślinną to realne, wymierne korzyści dla zdrowia, gospodarki, praw zwierząt, środowiska. To kierunek dla budowania rolnictwa bardziej odpornego na kryzys klimatyczny. Inne państwa – jak Dania – już dzisiaj stawiają na programy promujące dietę roślinną i z sukcesem łączą to ze wsparciem dla lokalnych rolników i rolniczek. Jednak w Polsce najważniejsze siły polityczne nie chcą odważnie stanąć po stronie solidarności żywnościowej.

² Prof. dr hab. n. med. Mirosław Jarosz, <https://www.nik.gov.pl/aktualnosci/panel-ekspertow-zdrowe-odzywianie.html>

³ <https://bezpiecznazywnosc.org/2025/03/10/7107-2/>

⁴ <https://bezpiecznazywnosc.org/2025/09/25/magazyn-bepieczna-zywnosc-nr-2/>

Polskie rolnictwo, rolniczki i rolnicy są ofiarami tego samego systemu, który szkodzi nam wszystkim. Dziś dopłaty publiczne wspierają głównie intensywne rolnictwo zwierzęce i wielkoprzemysłową produkcję, blokując możliwość rozwoju małych i średnich gospodarstw, które chcą produkować zdrową, lokalną żywność roślinną. Rolnicy i rolniczki, którzy chcieliby przejść na uprawę roślin strączkowych, warzyw czy owoców, nie mają dostępu do wsparcia finansowego ani wiedzy. System dopłat został zaprojektowany dla dużych graczy i korporacji – nie dla tych, którzy chcą budować przyszłość polskiego rolnictwa.

Od lat w ramach AgriWatch Green REV Institute prowadzi monitoring wydatkowania środków publicznych na rolnictwo. Konsekwentnie nasze prawo do informacji jest naruszane – nie wiemy, jak dokładnie są wydawane nasze podatki, kto i w jakim zakresie korzysta z publicznych pieniędzy. Obywatele i obywatelki zasługują na pełną transparentność: mamy prawo wiedzieć, czy nasze podatki wspierają zdrową żywność dla naszych dzieci, czy też gigantyczne fermy, które zatrują wodę i powietrze w naszych sąsiedztwach.

Wzywam do podjęcia następujących działań:

1. **Zainicjowania narodowej debaty o prawie do etycznej, zdrowej żywności** – z udziałem ekspertów zdrowia publicznego, rolników, organizacji społecznych, naukowców i obywateli.
2. **Zapewnienia transparentności wydatkowania środków publicznych na rolnictwo i żywność** – obywatele i obywatelki mają prawo wiedzieć, jak ich podatki kształtują system żywności.
3. **Wsparcia dla transformacji rolnictwa** – programy pomocowe dla rolników chcących przejść na produkcję zdrowej żywności roślinnej.
4. **Reformy żywienia w instytucjach publicznych i w zamówieniach publicznych** – wprowadzenie standardów zdrowej, roślinnej żywności w przedszkolach, szkołach, szpitalach i wszystkich innych instytucjach finansowanych z pieniędzy publicznych.

Polska ma wszystko, czego potrzeba do tej zmiany – bogate tradycje ogrodnicze, zaangażowanych rolników i zaangażowane rolniczki, coraz bardziej świadome społeczeństwo. Brakuje tylko woli politycznej i systemu, który będzie po stronie ludzi, nie korporacji.

Żywność to nie ideologia – to życie, zdrowie, przyszłość naszych dzieci oraz godność rolników i rolniczek, którzy nas karmią. To także odpowiedzialność za zwierzęta i planetę, którą prze-

każemy następnym pokoleniom. Nie chcę, aby Polska była liderką ferm wielkotowarowych i produkcji zwierzęcej. Chcę, żeby stała się liderką etycznej żywności.

Stoimy u progu kryzysu, ale także u progu ogromnej szansy. Możemy zbudować system żywności, który będzie służył wszystkim: konsumentom i konsumentkom, rolnikom i rolniczkom, zwierzętom i środowisku. Ale potrzebujemy przywództwa, które odważy się powiedzieć prawdę i podjąć trudne decyzje.

Wierzę, że Polska może być liderem tej transformacji w Europie. Wierzę, że możemy połączyć siły ponad podziałami. Ale czas działa przeciwko nam – każdego dnia tysiące dzieci jedzą w szkołach żywność, która im szkodzi, każdego dnia rolnicy bankrutują, ponieważ system ich nie wspiera, każdego dnia tracimy szansę na budowanie lepszej przyszłości.

Apeluję do Prezydenta RP: niech prawo do zdrowej, etycznej żywności stanie się priorytetem dla Polski.

Anna Spurek – CEO Green REV Institute i Federacji Bezpieczna Żywność. Absolwentka Uniwersytetu Ekonomicznego w Krakowie, Szkoły Głównej Handlowej, Democracy & Diversity New School University. Trenerka, wykładowczyni, ekspertka w działaniach na rzecz mobilizowania i edukowania dla zmiany. Pracowała w zespole projektowym Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego, doradzała w Regionalnym Ośrodku Szkoleniowych EFS, budowała relacje biznesowe. Feministka, weganka.

JEŚLI CHCIWOŚĆ BĘDZIE WYGRYWAĆ Z PRYZWOITOŚCIĄ, UTRACIMY WSZYSTKO, CO POSIADAMY

Tadeusz Pomianek

Wyższa Szkoła Informatyki i Zarządzania

System produkcji żywności zarówno w Polsce, jak i w UE zdominowany jest przez rolnictwo przemysłowe. Coraz mniejszy jest udział rolnictwa konwencjonalnego, a rolnictwo ekologiczne to tylko 3,5% gruntów rolnych w Polsce i 8,5% w UE. Dwa filary tego systemu to intensywne uprawy monokulturowe wspomagane przez nawozy sztuczne i pestycydy oraz ферmy przemysłowe zasilane przez antybiotyki i hormony wzrostu. W Polsce średnie zużycie nawozów sztucznych i pestycydów na hektar jest odpowiednio trzykrotnie i dwukrotnie wyższe niż średnia światowa. Podobna sytuacja występuje w UE, choć w niektórych krajach, jak Niderlandy, wartości te są kilkukrotnie większe.

Płody rolne z upraw monokulturowych są ubogie w ważne dla zdrowia ludzi i zwierząt składniki odżywcze, jak np. mikroelementy, witaminy i antyoksydanty, ale zasobne w chemiczne środki produkcji. Monokulturowe uprawy wyjątkują glebę, niszczą jej świat organiczny, a rośliny stają się coraz mniej odporne na szkodniki, co wymusza zwiększenie stosowania chemicznych środków produkcji. Co więcej, jałowa gleba znacznie gorzej wchłania wodę, co powoduje, że gwałtowne opady częściej prowadzą do powodzi. Należy podkreślić, że zdrowa gleba jest kluczowa nie tylko dla produkcji wysokiej jakości żywności, ale także w walce z powodzią, suszami i ociepleniem klimatu.

Z kolei chów klatkowy, oparty na ubogiej paszy z upraw monokulturowych, wymaga stosowania antybiotyków i hormonów wzrostu, aby zapewnić szybki przyrost masy mięsnej, a także ze względu na częste występowanie chorób. Pozostałe w mięsie antybiotyki powodują lekooporność i zdaniem wielu naukowców za 25 lat przestaną być skuteczne w leczeniu ludzi. W Polsce

w hodowli zwierząt rocznie zużywa się 800 t antybiotyków, czyli 200 mg/kg mięsa, tj. 6 razy więcej niż we Francji i 5 razy więcej niż w Czechach. Przy takim systemie produkcji mięsa powstaje nawet 50 kg odpadów na kilogram mięsa, w których mnożą się patogeny.

Surowiec z tych dwóch źródeł trafia do przetwórstwa, gdzie wykorzystuje się cały arsenał środków chemicznych, takich jak: syntetyczne barwniki, sztuczne aromaty, wzmacniacze smaku, utwardzone tłuszcze, konserwanty i inne dodatki. Szacuje się, że konsument spożywa rocznie 7–9 kg tych szkodliwych substancji. Następnie żywność pakowana jest w tworzywa sztuczne, z których do produktów przenikają m.in. mikro- i nanoplastiki oraz ftalany. Tak powstała żywność wysokoprzetworzona, bogata w cukier, sól, tłuszcze trans i sztuczne dodatki, stała się podstawą diety Europejczyków. W Polsce jej udział sięga 70%¹, a w UE przekracza 50%², przy czym średnią zaniżają kraje śródziemnomorskie, gdzie wynosi poniżej 20% .

Obszerna analiza skutków konsumpcji żywności wysokoprzetworzonej³ wykazała, że negatywnie wpływa ona na 71% ocenianych parametrów zdrowotnych, takich jak: śmiertelność, nowotwory, choroby psychiczne, choroby układu oddechowego i układu krążenia oraz choroby przewodu pokarmowego. Szczególnie alarmujące jest jej bardzo szkodliwe oddziaływanie na zdrowie dzieci. Powoduje nie tylko epidemię otyłości, ale też liczne choroby niezakaźne, jak np. choroby układu krążenia, cukrzycę czy dysfunkcje psychiczne oraz negatywnie wpływa na rozwój mózgu.

Coraz gorsza kondycja człowieka powoduje intensywny wzrost wydatków na ochronę zdrowia. W Polsce w ciągu 4 lat (2021–2025) wydatki budżetowe wzrosły dwukrotnie (przy inflacji 42%) i wraz z wydatkami prywatnymi w 2025 roku przekroczą 300 mld zł. Amerykanie – liderzy przemysłowego systemu produkcji i konsumpcji żywności – wydali na ochronę zdrowia blisko 5 bln USD (ponad 40% światowych wydatków) oraz 30% wydatków na leki, mając jedynie 4,5% udziału w światowej populacji!

We Włoszech i Izraelu wydatki na ochronę zdrowia na mieszkańca są zbliżone do wydatków na żywność, podczas gdy w USA są aż 3,7 raza wyższe. To najlepsza ilustracja przewagi diety śródziemnomorskiej nad dietą opartą na żywności wysokoprzetworzonej z intensywnych upraw i hodowli klatkowej.

¹ Najwyższa Izba Kontroli, *Nadzór nad stosowaniem dodatków do żywności*, „Raport NIK” 2019, <https://www.aktualnosci-medyczne.pl/chemia-w-jedzeniu-wstrzasajacy-raport-nik/>

² United European Gastroenterology, *Nutrition and Chronic Digestive Diseases*, „UEG Report” 2019, <https://ueg.eu/a/34>

³ M.M. Lane, E. Gamage, S. Du, N. Ashree, A.J. McGuinness, S. Gauci, P. Bker, M. Lawrence, C.M. Rebholz, B. Srour, M. Tavier, F.N. Jacka, A. O’Neil, T. Seasby, W. Marx, *Ultra-processed food exposure and adverse health outcomes: umbrella review of epidemiological meta-analyses*, „British Medical Journal” 2024/384, <https://doi.org/10.1136/bmj-2023-077310>.

Obecny system żywnościowy szkodzi zdrowiu i prowadzi do drastycznej degradacji środowiska. Naukowcy oszacowali roczne koszty niszczenia planety i zdrowia człowieka. Określono je jako ukryte, gdyż są pomijane w ekonomicznym rachunku kosztów produkcji.

Oto one:

- koszty emisji gazów cieplarnianych wynoszą 1,76 bln USD⁴,
- koszty utraty bioróżnorodności spowodowane przez rolnictwo już przekroczyły 2 bln USD⁵,
- koszty degradacji gleby szacuje się na 6–10 bln USD⁶,
- koszty utraty zdrowia przez ludzi wynoszą 9,3 bln USD⁷.

Łącznie ukryte koszty mieszczą się w przedziale 19–23 bln USD, czyli około 20% PKB świata! **Przy rzetelnej kalkulacji kosztów eksport żywności wyprodukowanej systemem przemysłowym jest zatem nie tylko szkodliwy dla środowiska naturalnego, lecz także nieuzasadniony ekonomicznie!**

Rzeczywiste ukryte koszty są jeszcze wyższe, ponieważ dominacja żywności przemysłowej w ciągu ostatnich 20 lat spowodowała wzrost absencji w pracy o 30–50% oraz obniżenie ilorazu inteligencji. Oszacowałem, że koszty wynikające z tych czynników sięgają około 5 bln USD rocznie.

Rynek spożywczy w Polsce jest silnie zdominowany przez międzynarodowe koncerny przetwórcze oraz sieci handlowe. Przegrany jest konsument, który wydaje na żywność około 240 mld zł rocznie, z czego jedynie ok. 1,5 mld zł przypada na produkty ekologiczne, a zakupy na bazarach nie przekraczają 2 mld zł. W takich warunkach rolnicy i hodowcy pełnią głównie rolę dostawców surowców, co zmusza ich do stosowania intensywnych metod produkcji i chowu klatkowego, aby mieć dochody.

Alternatywy w świetle powyższych danych nie ma. Sytuację rolników dobrze ilustruje relacja cen detalicznych do cen skupu dla płodów rolnych, których nie trzeba przetwarzać – zwykle wynosi ona od 2 do 5, a ostatniej jesieni dla ziemniaków sięgnęła nawet 10 do 30.

⁴ Obliczenia własne.

⁵ FAO, IFAD, UNICEF, WFP, WHO, *The State of Food Security and Nutrition in the World 2022. Repurposing food and agricultural policies to make healthy diets more affordable*, Rome, FAO, 2022, <https://openknowledge.fao.org/handle/20.500.14283/cc0639en>

⁶ The Economics of Land Degradation Initiative, *The Value of Land*, 2015, 6,3–10,6 bln USD rocznie, <https://www.sei.org/features/land-degradation-costs-10-6-trillion-usd-per-year-says-new-report/>

⁷ FAO. *The State of Food and Agriculture 2023. Revealing the true cost of food to transform agrifood systems*. Rome: Food and Agriculture Organization of the United Nations, 2023, <https://www.fao.org/documents/card/en/c/cc7906en>

Przedstawiony powyżej stan rzeczy dowodzi, że realizowana w UE polityka rolna nie przynosi oczekiwanych rezultatów – ani w zakresie zdrowia konsumentów, sytuacji ekonomicznej rolników, ani kondycji środowiska naturalnego. I to mimo że budżet Wspólnej Polityki Rolnej (WPR) na lata 2021–2027 wynosi 387 mld euro!

W tej sytuacji za pilną należy uznać transformację systemu produkcji i konsumpcji żywności. Na przykład w ubiegłym roku (2025) międzynarodowy zespół naukowców opublikował w Poczdamie raport⁸, w którym przedstawia sposób transformacji światowego systemu żywnościowego. Nowy system będzie opłacalny ekonomicznie, korzystny lub neutralny dla środowiska oraz zapewni bezpieczeństwo żywnościowe i zdrową żywność. Oszacowano, że koszty roczne transformacji wyniosą 200–500 mld USD, a korzyści gospodarcze 5–10 bln USD. Jest to zatem znakomita inwestycja! Tak duże efekty pojawią się, ponieważ szybko zaczną spadać potężne ukryte koszty, o których mowa powyżej. Szczegółowy opis transformacji systemu żywnościowego w Polsce przedstawiono w monografii *Program przebudowy wsi i rolnictwa w kierunku zmian strukturalnych i zasad zrównoważonego rozwoju*⁹.

Kluczowe cele transformacji to m.in.:

- 1) ograniczenie spożycia mięsa do poziomu zalecanego przez WHO, tj. do 25 kg na osobę rocznie;
- 2) jak najszybsza rezygnacja z upraw monokulturowych i ferm przemysłowych;
- 3) zwiększenie konsumpcji żywności nieprzetworzonej, dobrej jakości;
- 4) realizacja postulatu, aby subsydia finansowane z naszych podatków wspierały tych, którzy dbają o przyrodę i o nas, a nie tych, którzy dewastują ją dla większego zysku.

Należy podkreślić korzyści z substytucji białka zwierzęcego przez roślinne. Przy wytworzeniu 1 kg białka roślinnego zużywa się 10 razy mniej wody niż przy produkcji białka zwierzęcego, a emisje gazów cieplarnianych są do 90 razy mniejsze. Z 1 ha można otrzymać 6–20 razy więcej białka roślinnego niż zwierzęcego. Chów organiczny pozwala zmniejszyć zużycie energii nawet siedmiokrotnie.

Realizacja powyższych celów oznacza między innymi redukcję pośredników między rolnikiem a konsumentem, z korzyścią dla obu stron. Nie będzie nam grozić głód ani gwałtowny wzrost cen żywności. Warto zauważyć, że obecnie marnujemy 30% żywności – to wartość zbliżona do różnicy w wydajności między uprawami ekologicznymi a intensywnymi.

⁸ Food System Economics Commission (FSEC). *The Economics of the Food System Transformation: Global Policy Report*. Oslo / Potsdam: FSEC & Potsdam Institute for Climate Impact Research, 2024, https://foodsystemeconomics.org/wp-content/uploads/FSEC-Global_Policy_Report.pdf

⁹ A. Gacek, J. Misiąg, W. Misiąg, K. Palimqka, T. Pomianek, J. Rodzinka, *Program przebudowy wsi i rolnictwa w kierunku zmian strukturalnych i zasad zrównoważonego rozwoju*, Rzeszów 2025.

Austria – członek UE – dowodzi, jak pożytecznie można transformować system żywnościowy. 15 lat temu rozpoczęto w niej skoordynowane działania na rzecz stworzenia systemu produkcji i konsumpcji dobrej jakości żywności dla zdrowia ludzi i środowiska. Dzisiaj jest prymusem w UE. Już niemalże 30% gruntów rolnych to gospodarstwa ekologiczne, a za 5 lat ma być ich 55%. W Wiedniu funkcjonuje 13 eko-bazarów, a ceny żywności ekologicznej są zazwyczaj droższe o 10–40% od konwencjonalnej, w Polsce zaś różnica cen wynosi 140–450%! Powinniśmy brać z nich przykład. Dobrze, że od 2023 roku znacząco zwiększono dopłaty wspierające produkcję ekologiczną; wciąż jednak trzykrotnie większe środki trafiają do intensywnych lub konwencjonalnych upraw rolnych oraz ferm przemysłowych. Dalsza niezbędna reforma WPR powinna korzystać np. z rozwiązań brytyjskich.

Poza tym w krótkim horyzoncie czasowym UE powinna doprowadzić do likwidacji produkcji toksycznych chemicznych środków produkcji rolnej i wprowadzić zakaz ich zarówno importu, jak i eksportu. Jednocześnie konieczne jest wsparcie rozwoju badań i produkcji biologicznych zamienników oraz technologii rolnej, która eliminuje potrzebę stosowania środków chemicznych. Zarówno unijni producenci żywności, jak i eksportujący na nasz rynek powinni przestrzegać tych samych zasad odnośnie do stosowanej technologii i jakości żywności.

Przedstawione argumenty pokazują, że proponowana transformacja systemu żywnościowego uruchomi pozytywny zespół przyczynowo-skutkowy, sprzyjający odbudowie środowiska naturalnego i poprawie naszego zdrowia. A wraz z przejściem na odnawialne źródła energii będziemy mogli skutecznie stawić czoła globalnemu kryzysowi klimatycznemu.

Najwyższy czas, żeby władze Polski i UE dostrzegły silną zależność między stanem środowiska, systemem gospodarczym a naszym zdrowiem i uznały konieczne zmiany za priorytet. Jeśli zdrowie stanie się głównym celem transformacji, pojawi się realna szansa na zjednoczenie sił i dobrej woli. To też szansa na większą spójność UE rozszarpywanej przez populizm i nacjonalizm. Od strony politycznej to może być wręcz żyła złota.

I na koniec, parafrazując to, co powiedział ponad 2400 lat temu Demokryt z Abdery, warto przypomnieć – jeśli dalej chciwość będzie wygrywać z przyzwoitością, to utracimy wszystko, co posiadamy. Mój list kieruję do władz Polski i Unii Europejskiej.

dr hab. inż. Tadeusz Pomianek, prof. WSiLiZ – pomysłodawca i wieloletni Rektor Wyższej Szkoły Informatyki i Zarządzania w Rzeszowie, obecnie Prezydent Uczelni. Doktor habilitowany nauk technicznych (AGH), były pracownik Instytutu Metali Nieżelaznych w Gliwicach i Politechniki Rzeszowskiej. Autor ponad 100 artykułów, ekspertyz, 25 raportów i 7 patentów. Ze względu na zagrożenia klimatyczne i cywilizacyjne skupia się na wypracowaniu rozwiązań ważnych dla bezpiecznego jutra współczesnego człowieka.

**NAJWYŻSZY CZAS, ŻEBY
WŁADZE POLSKI I UE
DOSTRZEGŁY SILNĄ ZALEŻNOŚĆ
MIĘDZY STANEM ŚRODOWISKA,
SYSTEMEM GOSPODARCZYM
A NASZYM ZDROWIEM
I UZNAŁY KONIECZNE ZMIANY
ZA PRIORYTET. JEŚLI ZDROWIE
STANIE SIĘ GŁÓWNYM CELEM
TRANSFORMACJI, POJAWI SIĘ
REALNA SZANSA NA
ZJEDNOCZENIE SIŁ
I DOBREJ WOLI.**

TADEUSZ POMIANEK

DIALOG SPOŁECZNY W KONTEKŚCIE ZWIERZĄT I KLIMATU – GDZIE JESTEŚMY, CZEGO POTRZEBUJEMY?

Nawojka Ciborska

Ostatnie Pokolenie

Postęp naszej cywilizacji nieuchronnie wiąże się z poszerzeniem zakresu grup społecznych, których głos jest uwzględniany i których interesy są chronione. Wiemy już, że prawa i wolności nie należą się tylko białym mężczyznom szlacheckiej krwi. Zwalczyliśmy pracę dzieci, nie uznajemy niewolnictwa, zaszliśmy bardzo daleko w walce o równość płci (choć oczywiście w żadnej z tych spraw nie można powiedzieć, że jesteśmy na końcu drogi, to jednak pokonany dystans musi być odnotowany). Ogólną tendencją jest zauważanie dotychczas zalegalizowanej krzywdy marginalizowanych grup i eliminowanie przemocy wobec nich. Jest to w praktyce wdrażanie istniejącego już na poziomie deklaracyjnym porządku moralnego, w którym „nie czynimy drugiemu, co nam niemiłe”, chronimy słabszych od siebie i budujemy społeczeństwo empatyczne, solidarne i sprawiedliwe.

Niestety, narastający kryzys klimatyczny znacznie niweczy te dążenia. Rzeczywistość ograniczonych zasobów, skrajnych nierówności społecznych (osoby ubogie dużo mniej przyczyniają się do ocieplenia klimatu, a bardziej czują jego skutki) i mnożących się katastrof ekologicznych oraz społecznych prawdopodobnie doprowadzi do załamania się funkcjonowania społeczeństw i utracenia dorobku tych walk społecznych. Wobec tego ryzyka powinniśmy dokładać wszelkich starań do mitygowania kryzysu klimatycznego i solidarnego adaptowania się do tych jego skutków, które są już nieuniknione. Ten wniosek nie mógłby niestety być dalszy od rzeczywistości, w której obecnie funkcjonujemy. Rzeczywistości, w której cały czas trzymamy kurs na katastrofę, w której inwestujemy w nową wysokoemisyjną infrastrukturę i utrzymujemy zbiorową halucynację, że możliwy jest „biznes jak zwykle”.

W tych czasach kryzysu klimatycznego, kryzysu kosztów życia, wojny informacyjnej – i to tej wypowiedzianej nie tylko przez Rosję, ale także przez międzynarodowe korporacje medialne – społeczeństwa zwracają się w stronę populizmu i skrajnej prawicy w nadziei na szybkie i łatwe rozwiązania. To jednak ułuda, która na dłuższą metę pogłębia problem, gdyż marnuje cenny czas, który powinniśmy wykorzystać na prawdziwą, skuteczną politykę. Prawdziwą i skuteczną, czyli wsłuchującą się w głos nauki, a nie łatwiej sprzedających się emocji. Tylko fakty, a nie uprzedzenia, mogą zapewnić merytoryczną debatę na temat przyszłości, do której chcemy dążyć.

Nauka już od dawna mówi jasno: jedynym wyjściem pozwalającym na zredukowanie kryzysu klimatycznego jest zaprzestanie emisji gazów cieplarnianych. Produkcja zwierzęca odpowiada za ok. 12–19% światowych emisji (zależnie od obranej metodologii obliczeń)¹, więc bez uwzględnienia tego problemu niemożliwe jest rozwiązanie kwestii klimatu.

Jednocześnie wiemy, że alternatywa dla produkcji zwierzęcej jest stosunkowo prosta – prawidłowo skomponowana dieta roślinna jest w pełni wartościowa i odpowiednia dla człowieka w każdym wieku, a masowe zwrócenie się w jej stronę pozwoliłoby nam na znaczne ograniczenie emisji z tego sektora, odzyskanie trzech czwartych terenów rolnych², które w konsekwencji można by przeznaczyć w części na produkcję roślinną na potrzeby ludzi, a w części po prostu zrenaturyzować, gdyż te „nieużytki” pomagają również wyłapywać i magazynować dwutlenek węgla z atmosfery, a także wspierają środowisko lokalne.

Przede wszystkim jednak odejście od masowego rozmnażania, okrutnego traktowania i zabijania czujących, bezbronnych zwierząt, jakimi są gatunki tzw. gospodarskie, jest moralnie koniecznym krokiem w stronę społeczeństwa opartego na empatii, a nie przemocy. Rozpoznanie praw dzieci jest doskonałym precedensem do traktowania zwierząt udomowionych – istot również znajdujących się pod naszą opieką, od nas zależnych i od nas słabszych, którym winni jesteśmy ochronę, a nie okrucieństwo. W głębokim kryzysie, w jakim się znaleźliśmy, mamy jednocześnie szansę, by bardzo przyspieszyć ze sprawą ochrony zwierząt. Żeby móc prowadzić odważne działania w tym nurcie, konieczne jest społeczne zrozumienie i poparcie. Dlatego nie można bagatelizować rozwiązań o charakterze komunikacyjnym i promocyjnym.

Panie Ministrze Rolnictwa i Rozwoju Wsi, Stefanie Krajewski – to Pana resort stoi przed tym ogromnym wyzwaniem i wielką możliwością zawrócenia nas z drogi w przepaść. Jedną

¹ <https://thebreakthrough.org/issues/food-agriculture-environment/livestock-dont-contribute-14-5-of-global-greenhouse-gas-emissions>

² <https://ourworldindata.org/land-use-diets>

z pierwszych i podstawowych decyzji, które można podjąć, jest zajęcie się kwestią Funduszy Promocji Produktów Rolnych. Jak to jest, że na dziesięć takich funduszy³ zaledwie trzy dotyczą roślin, a aż siedem mięsa i mleka? Przede wszystkim trzeba przestać szkodzić, a więc przestać promować najbardziej nieetyczne i uciążliwe dla środowiska produkty. Państwo dopłaca do zachęcania konsumentów do gorszych wyborów zamiast informować o zaletach produktów roślinnych i ułatwiać dokonywanie tych lepszych wyborów. Powinien powstać Fundusz Promocji Roślinnych Zamienników, który pozwoliłby zwiększyć popularność tych produktów poprzez edukację na temat wartości odżywczych i prawidłowego bilansowania roślinnej diety. Kolejnym działaniem, które należałoby podjąć, byłoby umożliwienie obniżenia cen roślinnych zamienników, co czyniłoby je bardziej dostępnymi dla konsumentów o niskich przychodach. Obecnie wysokie ceny zdrowszych, roślinnych alternatyw są podawane jako argument na ich niekorzyść. W ten sposób państwo wspierałoby oddolne kroki we właściwym kierunku, podejmowane przez obywatelki i obywateli, zamiast iść pod prąd wiedzy naukowej i promować szkodliwe rozwiązania kosztem zwierząt i środowiska (a w konsekwencji także zdrowia ludzi).

Panie Prezesie Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów, Tomasz Chróstny – to Pański urząd trzyma pieczę nad prawem reklamy w Polsce. W obecnym kształcie nie dotyka ono kwestii zwierząt bezpośrednio, ale wiemy, że ustawa o ochronie konkurencji i konsumentów zakazuje udzielania konsumentom informacji niepełnych, fałszywych i nierzetelnych. Przytłaczająca większość reklam produktów odzwierzęcych, zwłaszcza tych ukazujących wizerunki zwierząt, z których ciał dane produkty się wytwarza, przedstawia bardzo niepełny, a czasem wprost nieprawdziwy obraz sytuacji, w której te zwierzęta się znajdują. Zjawisko to nosi nazwę *welfare washing* – gdy reklama próbuje wywołać u odbiorcy przeświadczenie, że zwierzęta są traktowane dobrze, a nawet że są szczęśliwe i dobrowolnie biorą udział w produkcji mięsa. Ze wszelkich wskaźników dobrostanu wiemy, że zalegalizowane praktyki hodowlane powodują dystres, ból i psychiczne cierpienie, a stosowanie kojców, klatek czy poganiaczy wyklucza jakąkolwiek swobodę udziału zwierząt. Dlatego *welfare washing* powinien być karany, a reklamy produktów odzwierzęcych w ogóle docelowo zakazane. Na przykładzie wyrobów tytoniowych czy alkoholu wiemy, że znaczna szkodliwość społeczna jest wystarczającym powodem do podejmowania środków ograniczających reklamowanie danych produktów.

Pani Ministro Edukacji Narodowej, Barbaro Nowacka – to, jak myślimy i mówimy o zwierzętach, w dużej mierze wnosimy ze szkoły. Nie uczymy się z należyтым szacunkiem o zdolnościach poznawczych gatunków uznawanych za gospodarskie: świn, krów, owiec, kóz czy kur; nie pod-

³ <https://www.gov.pl/web/kowr/fundusze-promocji>

kreślamy tego, jak bardzo podobne są one do gatunków towarzyszących – psów i kotów – pod kątem tego, jak czują i myślą, jakie relacje z człowiekiem mogą zawiązywać, jak się boją i cierpią, gdy są przez niego krzywdzone. Nie uczymy się tego, gdyż nie do zniesienia byłby rozdzźwięk między tym, jak je traktujemy, a tym, na jakie traktowanie zasługują. To musi się zmienić. Musimy uczciwie edukować o tym, jakie koszty moralne, środowiskowe i społeczne pociąga za sobą zabijanie i zjadanie zwierząt. Programy nauczania przedmiotów takich jak przyroda czy biologia muszą zostać o te zagadnienia uzupełnione. Rozwiązaniem komplementarnym, o którym nie sposób nie wspomnieć, jest powszechne zapewnienie w szkołach dostępu do roślinnych posiłków. Pozwoli to uczniom dokonywać wyborów konsekwentnie nawiązujących do przerabianego na lekcjach materiału.

Przedstawione koncepcje to tylko kilka podstawowych kierunków, które mogłyby pozwolić na prowadzenie bardziej szczerzej i kompletnej debaty na temat przyszłości naszego społeczeństwa i losu zwierząt do niego należących. Tematy etycznego ciężaru zabijania zwierząt na pożywienie oraz kryzysu klimatycznego, z którym nieuchronnie się ono wiąże, nie mogą być już dłużej marginalizowane w rozmowach o rolnictwie przyszłości.

Nawojka Ciborska – absolwentka Antropozoologii na Uniwersytecie Warszawskim, aktywistka klimatyczna, weganica. W przeszłości związana z Młodzieżowym Strajkiem Klimatycznym, obecnie z międzynarodowym kolektywem Gastivists. Współzakładała grupę aktywistów „bombelki”, która później przekształciła się w ruch walczący z biernością władz wobec zmian klimatu, głównie w sektorze transportu, o nazwie Ostatnie Pokolenie.

EDUKACJA I ZDROWIE PUBLICZNE – ŻYCZENIE O EDUKACJI ŻYWIENIOWEJ I PROFILAKTYCE ZDROWOTNEJ

Katarzyna Wolnicka

Instytut Zrównoważonego Żywienia

Rosnąca skala chorób dietozależnych, pogarszający się stan zdrowia populacji, wzrastający problem otyłości (także wśród dzieci) oraz narastające koszty społeczne i ekonomiczne związane z nieprawidłowym żywieniem wymagają zdecydowanej reakcji państwa. Jako specjalistka w dziedzinie dietetyki, badaczka i wykładowczyni akademicka z wieloletnim doświadczeniem w edukacji żywieniowej pragnę zwrócić uwagę, że skuteczna poprawa żywienia społeczeństwa – zarówno dzieci, jak i dorosłych – nie może opierać się na działaniach punktowych. Wymaga ona spójnej, długofalowej strategii, realizowanej we współpracy wielu resortów, instytucji publicznych, świata nauki, edukacji, ochrony zdrowia oraz sektora prywatnego.

Nieprawidłowe wzorce żywieniowe generują ogromne, często niedoszacowane koszty zdrowotne, społeczne i środowiskowe. W skali Unii Europejskiej tzw. ukryte koszty złych diet sięgają setek miliardów euro rocznie i obejmują nie tylko leczenie chorób dietozależnych takich jak choroby sercowo-naczyniowe, cukrzyca typu 2, otyłość czy wybrane nowotwory, lecz także koszty absencji chorobowej, niezdolności do pracy i spadku produktywności. Inwestycja w profilaktykę żywnościową jest więc nie jedynie działaniem prozdrowotnym, ale też racjonalną decyzją ekonomiczną.

Przejsie na zrównoważone systemy żywnościowe stanowi jeden z kluczowych warunków ograniczenia narastających kosztów zdrowotnych, społecznych i środowiskowych, a jednocześnie zwiększenia dostępności w korzystnej dla zdrowia żywności dla całej populacji, także z uwzględnieniem odpowiednich proporcji grup produktów spożywczych w diecie, warunkujących zdrowie. Badania naukowe ostatnich lat pokazują, że utrzymanie systemów żywnościowych w granicach planetarnych wymaga istotnych zmian w strukturze diety oraz w środowiskach, w których konsumenci dokonują wyborów żywieniowych. Jak wskazano w wielu raportach i ana-

lizach mierników zdrowia, m.in. w raporcie EAT-Lancet Commission¹, realizacja celów zdrowotnych do połowy XXI wieku wiąże się z koniecznością ograniczenia spożycia mięsa czerwonego, w tym przetworzonego, żywności wysokoprzetworzonej zawierającej dodane cukry, nadmiar soli i tłuszczów trans, a jednocześnie z wyraźnym zwiększeniem udziału żywności prozdrowotnej, takiej jak warzywa, owoce, nasiona roślin strączkowych, orzechy. Produkty te, o dużej wartości odżywczej, a także bogate w błonnik i fitoskładniki, odgrywają zasadniczą rolę w profilaktyce chorób niezakaźnych oraz otyłości, jednak są często wypierane przez żywność wygodną, intensywnie promowaną i łatwiej dostępną. Skutki zdrowotne i środowiskowe sposobu produkcji oraz konsumpcji żywności, takie jak wzrost chorób dietozależnych czy degradacja zasobów naturalnych, pozostają w dużej mierze „niewidoczne” w mechanizmach rynkowych. W efekcie zniekształcone zostają bodźce ekonomiczne, gdyż żywność korzystna dla zdrowia i wytwarzana w sposób zrównoważony bywa mniej opłacalna dla producentów i droższa dla konsumentów, podczas gdy rozwiązania krótkoterminowo tańsze są promowane mimo wysokich kosztów, które generują w dłuższej perspektywie dla społeczeństwa i systemu ochrony zdrowia. Stopniowe przesuwanie wzorców żywieniowych w stronę diet bardziej roślinnych stwarza realną szansę na poprawę zdrowia populacji, bardziej racjonalne gospodarowanie zasobami i ograniczenie presji klimatycznej. Oznacza to, że skuteczne działania muszą wykraczać poza rozwiązania doraźne i skupiać się na przyczynach systemowych poprzez odpowiednie regulacje rynkowe, spójne polityki publiczne, dobrze zaplanowane programy edukacyjne oraz konsekwentną transformację rolnictwa, żywności i żywienia – tak aby zdrowe i zrównoważone wybory były nie tylko możliwe, lecz także rozsądne ekonomicznie.

Poprawa żywienia w szkołach i przedszkolach z uwzględnieniem szkoleń kadr

Na tym tle z uznaniem należy odnotować nowelizację przepisów Ministerstwa Zdrowia dotyczących żywienia zbiorowego w placówkach edukacyjnych obejmujących szkoły i przedszkola, które zakładają poprawę żywienia w stołówkach oraz zmiany w asortymencie żywności na terenie placówek na prozdrowotny i prośrodowiskowy, w oparciu o założenia diety planetarnej.

Jednocześnie nawet najlepiej skonstruowane przepisy nie przyniosą oczekiwanych efektów bez odpowiedniego przygotowania kadr. Intendenci i kucharze żywienia zbiorowego często nie mają wystarczających kompetencji praktycznych w zakresie planowania i przygotowywania urozmaiconych, pełnowartościowych posiłków, zwłaszcza z większym udziałem produktów

¹ <https://www.thelancet.com/commissions-do/EAT-2025>

roślinnych. Niezbędne są systemowe, regularne szkolenia praktyczne, uwzględniające sezonowość, lokalność produktów oraz nowoczesne podejście do kuchni prozdrowotnej. Konieczne są też działania na szeroką skalę odnośnie do dezinformacji wokół tego tematu i wprowadzanych zmian, skierowane zarówno do personelu szkół i przedszkoli, nauczycieli, dyrekcji, jak i – co istotne – do rodziców.

Poważnym ograniczeniem skuteczności obecnych regulacji może pozostawać również niewystarczający nadzór nad ich realizacją, w tym działalność edukacyjna, w czym pomocne wydaje się szkolenie kadr organów urzędowej kontroli na szczeblach także powiatowych oraz spójnych narzędzi i wytycznych do bieżącej kontroli jakości żywienia w szkołach, przedszkolach i żłobkach. Mimo formalnie obowiązujących aktualnie regulacji nadal obserwujemy duże zróżnicowanie podejścia do wymogów oraz obecność w sklepikach szkolnych i automatach produktów niekorzystnych dla zdrowia.

Zielone zamówienia publiczne

Istotnym, a wciąż niewystarczająco wykorzystywanym, narzędziem wspierającym transformację systemu żywnościowego jest wprowadzenie wymogu, aby określona część zamówień publicznych miała charakter tzw. zielonych zamówień, odnoszących się do zrównoważonej żywności, zarówno w żywieniu przedszkolnym i szkolnym, jak i w placówkach ochrony zdrowia oraz innych instytucjach finansowanych ze środków publicznych. Zamówienia publiczne mają ogromny potencjał kształtowania rynku poprzez jasno określone kryteria jakościowe, które mogą jednocześnie poprawiać wartość zdrowotną posiłków, ograniczać negatywny wpływ na środowisko oraz wspierać lokalnych i regionalnych producentów żywności. W praktyce oznacza to konieczność uwzględniania w specyfikacjach przetargowych takich elementów, jak odpowiedni udział warzyw, owoców i roślin strączkowych, preferowanie żywności świeżej, sezonowej i możliwie najmniej przetworzonej, ograniczanie produktów wysokoprzetworzonych oraz nadmiaru mięsa czerwonego, w tym głównie przetworzonego, a także promowanie produktów pochodzących z odpowiedzialnych, zrównoważonych systemów produkcji. Szczególne znaczenie mają tu zamówienia na żywienie szpitalne, w ramach którego dieta stanowi integralny element procesu leczenia i rekonwalescencji, a jej jakość bezpośrednio wpływa na wyniki zdrowotne pacjentów oraz koszty opieki zdrowotnej. Wprowadzenie spójnych standardów zielonych zamówień w całym sektorze publicznym wymaga współpracy międzyresortowej, odpowiednich wytycznych i wsparcia merytorycznego dla zamawiających, ale w długiej perspektywie może stać się jednym z najbardziej efektywnych instrumentów poprawy jakości żywienia, realizacji celów klimatycznych oraz racjonalnego wydatkowania środków publicznych.

Programy edukacji żywieniowej, edukacja kulinarna, ocena efektywności

Nie da się dziś mówić o realnej zmianie nawyków żywieniowych bez konsekwentnego, długofalowego informowania społeczeństwa o tym, skąd pochodzi żywność, jak jest wytwarzana i jakie skutki dla zdrowia ludzi, środowiska i dobrostanu zwierząt niosą codzienne decyzje zakupowe. Taka edukacja powinna docierać do wszystkich grup wiekowych, łączyć wiedzę z praktyką kulinarną i wykorzystywać nowoczesne formy przekazu: od kampanii społecznych i projektów realizowanych także w mniejszych miejscowościach i regionach, po media masowe i wiarygodnych liderów opinii. Warunkiem jej skuteczności jest jednak nie tylko zasięg, ale również systematyczne mierzenie i rzetelna ocena efektów działań prowadzonych na poziomie krajowym. Niestety programy prowadzone na poziomie rządowym zwykle nie mierzą skuteczności działań ani długotrwałych efektów. Edukacja żywieniowa, choć powszechnie uznawana za kluczowy element profilaktyki, wciąż jednak ma charakter fragmentaryczny i nierównomierny. Często działania nie są podejmowane systematycznie, co przekłada się na ich skuteczność.

Edukacja kulinarna oparta na działaniu, doświadczaniu i samodzielnym przygotowywaniu posiłków należy do najskuteczniejszych form kształtowania trwałych nawyków żywieniowych u dzieci i młodzieży, ale też w innych grupach wiekowych. To właśnie praktyka, a nie wyłącznie teoria, pozwala oswoić nowe produkty, przełamywać bariery wobec żywności roślinnej i budować realne kompetencje żywieniowe. Potwierdzają to wartościowe inicjatywy realizowane w Polsce, takie jak kiedyś wieloletnie programy Fundacji Szkoły na Widelcu, działanie edukacyjne w ramach działań towarzyszących Programu dla szkół KOWR czy jedno z działań projektu Ministerstwa Zdrowia realizowanego w ramach Narodowego Programu Zdrowia (Narodowe Centrum Edukacji Żywieniowej), które wyraźnie pokazują potencjał warsztatów kulinarnych jako narzędzia realnej zmiany postaw i zachowań żywieniowych. Edukacja kulinarna powinna być stałym elementem edukacji zdrowotnej w placówkach edukacyjnych. Ich zasięg pozostaje jednak ograniczony, a działania często mają charakter jednorazowy. Przy kilkunastu tysiącach szkół podstawowych przeszkolenie w ramach jednorazowych warsztatów kulinarnych rocznie kilkudziesięciu klas na terenie Warszawy jest kroplą w morzu potrzeb i działaniem niewystarczającym. Tego typu edukacja kulinarna, z łatwym dostępem dla szkół na terenie różnych województw, powinna objąć całą Polskę i być prowadzona przez profesjonalistów w tej dziedzinie.

Niezbędna współpraca międzyinstytucjonalna i komunikacja

Brakuje również silnego wsparcia komunikacyjnego, przez co rzetelne publiczne źródła wiedzy przegrywają z przekazami komercyjnymi i influencerskimi, nie zawsze opartymi na dowo-

dach naukowych. Choć pojedyncze projekty z zakresu edukacji żywieniowej, np. prowadzone w ramach Narodowego Programu Zdrowia (NPZ), dostarczają wartościowych, wiarygodnych materiałów, ich zasięg jest ograniczony, a efektywność działań nie jest monitorowana. Z braku odpowiedniego wsparcia marketingowego i skutecznej komunikacji nie przebijają się do świadomości szkół, nauczycieli i rodziców. Obecnie większe zasięgi w mediach społecznościowych mają prywatne inicjatywy edukacyjne niż oficjalne źródła rządowe. Można rozważyć wsparcie działań lokalnych, doświadczonych organizacji i firm zajmujących się edukacją żywieniową, które często przy niższych kosztach osiągają większą skuteczność i realny zasięg oddziaływania, przekładający się na wyższy efekt zdrowotny i społeczny. Między innymi Projekt Ministerstwa Edukacji i Nauki Junior-Edu-Żywnie (JEŻ), z ogromną ilością wartościowych i praktycznych materiałów, nie został wystarczająco zaimplementowany do zadań szkoły (w tym przedmiotu edukacji zdrowotnej), a nauczyciele, którzy bezpośrednio nie brali udziału w projekcie, nie wiedzą o nim. Instytucje i ministerstwa powinny mocniej wspierać dystrybucję i propagowanie istniejących materiałów i dobrych praktyk. Ważna jest także wymiana informacji między resortami o tworzonych i dostępnych projektach oraz wytycznych i materiałach, a także ich wspólna i spójna merytorycznie promocja. Nie zawsze przekaz wychodzący z różnych resortów opiera się na tych samych, spójnych rekomendacjach. Warto korzystać z wypracowanych już i ocenionych jako skuteczne praktyk i projektów.

Obligatoryjna edukacja zdrowotna

Obecność przedmiotu „edukacja zdrowotna” w programie szkolnym to niezwykle istotny krok w stronę budowania zdrowej przyszłości młodego pokolenia. Z ubolewaniem jednak przyjmuję fakt, że przedmiot ten ma mieć charakter nieobowiązkowy. Taka forma może znacząco ograniczyć jego zasięg i skuteczność, a z perspektywy środowiska profesjonalistów – lekarzy, dietetyków i ekspertów zdrowia publicznego – budzi uzasadnione obawy co do jego realnego wpływu na kształtowanie postaw prozdrowotnych wśród dzieci i młodzieży.

W ramach planowanego programu zagadnienia żywieniowe stanowią tylko jeden z wielu niezwykle istotnych modułów. Choć to bardzo ważny komponent, istnieje ryzyko, że zostanie on potraktowany niewystarczająco, co byłoby dużą stratą – zważywszy, że prawidłowe żywienie to fundament zdrowia, zdolności do nauki, koncentracji oraz profilaktyki licznych chorób przewlekłych.

Edukacja rodziców

Szczególnie istotnym, a niedostatecznie zagospodarowanym, obszarem są działania skierowane do rodziców i dorosłych konsumentów. To właśnie środowisko rodzinne w największym stopniu kształtuje codzienne wybory żywieniowe dzieci. Szkoły i przedszkola, a także placówki zapewniające podstawową opiekę zdrowotną (POZ) w ramach realizowanych programów powinny stać się lokalnymi centrami edukacji zdrowotnej, angażującymi całe rodziny także w zakresie prawidłowego bilansowania diety, zapobiegania niedoborom żywieniowym i dietoprofilaktyki – obecnie rodzice pozostają poza systemowymi kampaniami informacyjnymi państwa. Projekty włączające rodziców, realizowane lub rozpoczęte jeszcze przez zlikwidowany Instytut Żywności i Żywienia, takie jak „Szkoła i przedszkole przyjazne żywieniu i aktywności fizycznej” (w ramach projektu Ministerstwa Zdrowia) czy kampania Rodzinna akcja – Zdrowa rywalizacja, były dobrymi praktykami z tego zakresu.

Wsparcie świadomych wyborów

Równolegle należy podkreślić, że edukacja nie jest w stanie skutecznie konkurować z promocją żywności niekorzystnej dla zdrowia. Reklamy kształtują normy społeczne i preferencje dzieci oraz młodzieży, a tym samym najczęściej normalizują nadmierne spożycie produktów o wysokiej zawartości cukru, soli i tłuszczu. O ile producenci żywności stosują się, w ramach samoregulacji, do obowiązku ograniczania reklam żywności skierowanej do dzieci w mediach typu TV, o tyle niektóre viralowe promocje niekorzystnych z punktu widzenia zdrowia produktów mają szerokie zasięgi w mediach społecznościowych lub w sieciach niektórych sklepów. Dlatego konieczne są realne regulacje ograniczające marketing takich produktów, zwłaszcza w przekazach skierowanych do najmłodszych.

Skuteczna poprawa żywienia społeczeństwa wymaga także stworzenia środowiska sprzyjającego zdrowym wyborom poza szkołą. Obejmuje to czytelne, oparte na dowodach naukowych, etykietowanie żywności, ułatwiające konsumentom świadomie prozdrowotne i prośrodowiskowe wybory, promocje cenowe na żywność korzystną dla zdrowia i środowiska oraz upowszechnianie lokalnych i sezonowych produktów, wsparcie rolników i producentów w zrównoważonej produkcji żywności. Kluczowe znaczenie ma tu również współpraca państwa z biznesem i producentami żywności, w tym reformulacja produktów oraz rozwój innowacyjnych rozwiązań żywieniowych.

W tym kontekście szczególnego znaczenia nabiera potrzeba spójnej międzyresortowej komunikacji społecznej. Dziś brakuje jednego czytelnego głosu instytucji publicznych i środowiska naukowego, który docierałby do obywateli prostym, zrozumiałym językiem i wykorzystywał nowoczesne kanały komunikacji. Bez takiej koordynacji nawet najlepsze programy pozostają niewidoczne, a ich potencjał – niewykorzystany.

Podsumowując, należy stwierdzić, że poprawa żywienia dzieci, młodzieży i dorosłych wymaga podejścia systemowego: precyzyjnych standardów, dobrze przygotowanych kadr, skutecznego nadzoru, powszechnej i praktycznej edukacji, włączenia rodziców, odpowiedzialnych regulacji marketingowych, dostępności cenowej prozdrowotnej i zrównoważonej żywności oraz koordynacji działań, w tym ścisłej współpracy między resortami, nauką i biznesem. Tylko takie wielowymiarowe, skoordynowane działania mogą realnie wpłynąć na poprawę stanu zdrowia społeczeństwa i ograniczenie kosztów chorób dietozależnych w długiej perspektywie.

Katarzyna Wolnicka, dr – specjalistka w dziedzinie dietetyki i edukacji żywieniowej. Dietetyk w Instytucie Zrównoważonego Żywienia; wykładowczyni akademicka. Przez wiele lat ekspertka Instytutu Żywności i Żywienia, Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego PZH-PIB oraz kierowniczka Narodowego Centrum Edukacji Żywieniowej. Autorka zaleceń żywieniowych w postaci talerza i materiału „W 3 krokach do zdrowia”. Koordynuje projekty edukacyjne, popularyzuje wiedzę o zdrowym żywieniu.

**SKUTKI ZDROWOTNE
I ŚRODOWISKOWE SPOSOBU
PRODUKCJI ORAZ KONSUMPCJI
ŻYWNOŚCI, TAKIE JAK WZROST
CHORÓB DIETYZALNYCH
CZY DEGRADACJA ZASOBÓW
NATURALNYCH, POZOSTAJĄ
W DUŻEJ MIERZE „NIEWIDOCZNE”
W MECHANIZMACH RYNKOWYCH.**

KATARZYNA WOLNICKA

AKTYWNOŚĆ ORGANIZACJI TRZECIEGO SEKTORA ZAPEWNIĄ RÓWNOŚĆ W DOSTĘPIE DO ŻYWNOSCI

Anna Wolska

Bank Żywności SOS

Bezpieczeństwo społeczne, rozumiane jako zapewnienie równego dostępu do podstawowych dóbr, w tym do dobrej jakości żywności, stanowi jedno z kluczowych wyzwań polityki publicznej. Najnowsze dane wskazują na alarmujący poziom skrajnego ubóstwa w Polsce – obecnie dotyczy ono 5,2% populacji, czyli około 1,9 mln osób¹. W praktyce oznacza to trwałą deprawację materialną, która regularnie ogranicza dostęp do wystarczającej ilości pełnowartościowej żywności. Organizacje pomocowe sygnalizują jednocześnie, że w warunkach rosnących kosztów życia skala tego problemu może być istotnie większa niż wynika to z oficjalnych statystyk.

System wsparcia żywnościowego – model oparty na współpracy

Polski system wsparcia żywnościowego opiera się na rozbudowanej współpracy międzysektorowej. Tworzą go podmioty rynkowe przekazujące żywność zagrożoną zmartowaniem oraz występujące w roli donatorów finansowych instytucje pomocy społecznej odpowiedzialne za weryfikację beneficjentów, jednostki samorządu terytorialnego i administracja rządowa projektująca i finansująca polityki publiczne, a także organizacje trzeciego sektora. Kluczową rolę w tym systemie pełnią właśnie organizacje pozarządowe, które ratują żywność przed zmartowaniem i przekazują ją osobom najbardziej potrzebującym. To one stanowią ostatnie ogniwo łańcucha bezpieczeństwa żywnościowego, a tym samym zapewniają realny dostęp do wsparcia na poziomie lokalnym.

¹ Poverty Watch 2025 EAPN oraz GUS, Zasięg zagrożenia ubóstwem ekonomicznym w Polsce w 2024 r., <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/warunki-zycia/ubostwo-pomoc-spoieczna/zasieg-zagrozenia-ubostwem-ekonomicznym-w-polsce-w-2024-r-,14,12.html>.

Organizacje lokalne jako fundament systemu

Bez aktywności organizacji trzeciego sektora system bezpieczeństwa żywnościowego w obecnym kształcie nie mógłby funkcjonować. Organizacje te współpracują z bankami żywności i innymi podmiotami parasolowymi lub pozyskują żywność bezpośrednio od sieci handlowych i producentów, przekazując ją na cele charytatywne zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa. Dysponują własnymi bazami beneficjentów, opracowują kryteria kwalifikacji do pomocy oraz systemy dystrybucji, w dużej mierze opierając się na pracy wolontariuszy.

Jednocześnie model ten ujawnia wiele narastających słabości, które zagrażają stabilności całego systemu.

Kluczowe bariery funkcjonowania systemu

Pierwszym istotnym problemem jest systematyczny spadek liczby organizacji zajmujących się dystrybucją żywności. Wiele z nich zostało założonych kilkadziesiąt lat temu i obecnie mierzy się z brakiem sukcesji przywódczej. Liderzy odchodzą na emeryturę i nie pozostawiają następców, a wysoki próg wejścia sprawia, że nowe podmioty nie powstają w tempie pozwalającym na uzupełnienie tej luki. Zjawisko to obserwują wszystkie banki żywności w Polsce. Szczególnie widoczne jest to w przypadku organizacji uczestniczących w programie Fundusze Europejskie na Pomoc Żywnościową, który stanowi główny instrument państwa w walce z niedożywieniem. Program ten, choć istotny systemowo, jest dla wielu lokalnych organizacji zbyt wymagający – zwłaszcza pod względem formalnym i dokumentacyjnym. Odpowiedzialność za ewentualne błędy spoczywa na organizacjach, które jednocześnie nie otrzymują finansowania adekwatnego do nakładów pracy organizacyjnej i administracyjnej. W rezultacie część podmiotów rezygnuje z udziału w programie, co ogranicza dostęp beneficjentów do żywności o długim terminie przydatności.

Kolejną barierą jest niedostateczna infrastruktura. Organizacjom lokalnym często brakuje odpowiednich magazynów, sprzętu chłodniczego oraz środków transportu umożliwiających odbiór i dystrybucję większych partii żywności. Ograniczenia te bezpośrednio przekładają się na skalę i regularność udzielanej pomocy.

Istotnym problemem pozostaje również nierównomierne rozmieszczenie organizacji pomocowych. Koncentrują się one głównie wokół dużych miast, podczas gdy znaczne obszary peryferyjne – zwłaszcza tereny wiejskie – pozostają praktycznie pozbawione lokalnych punktów wsparcia. Dla osób niemobilnych oznacza to faktyczne wykluczenie z systemu pomocy żywnościowej.

Kierunki działań dla decydentów

Zidentyfikowane wyzwania wskazują na pilną potrzebę systemowego wsparcia organizacji wydających żywność na poziomie lokalnym. Dotyczy to zarówno inwestycji infrastrukturalnych, jak i wzmocnienia zasobów ludzkich oraz kompetencji zarządczych.

Jeśli system bezpieczeństwa żywnościowego ma zachować swoją wydolność, konieczne jest uruchomienie – na poziomie samorządowym i krajowym – ukierunkowanych funduszy wspierających małe i średnie organizacje pomocowe. Środki te powinny umożliwiać doposażenie magazynów, zakup sprzętu chłodniczego i transportowego, a także finansowanie pracy koordynatorów i działań administracyjnych.

Niezbędne jest również uproszczenie procedur lub stworzenie równoległych, mniej sformalizowanych ścieżek wsparcia dla organizacji, które nie są w stanie sprostać wymogom dużych programów europejskich, a jednocześnie pełnią kluczową rolę w docieraniu do najbardziej wykluczonych grup.

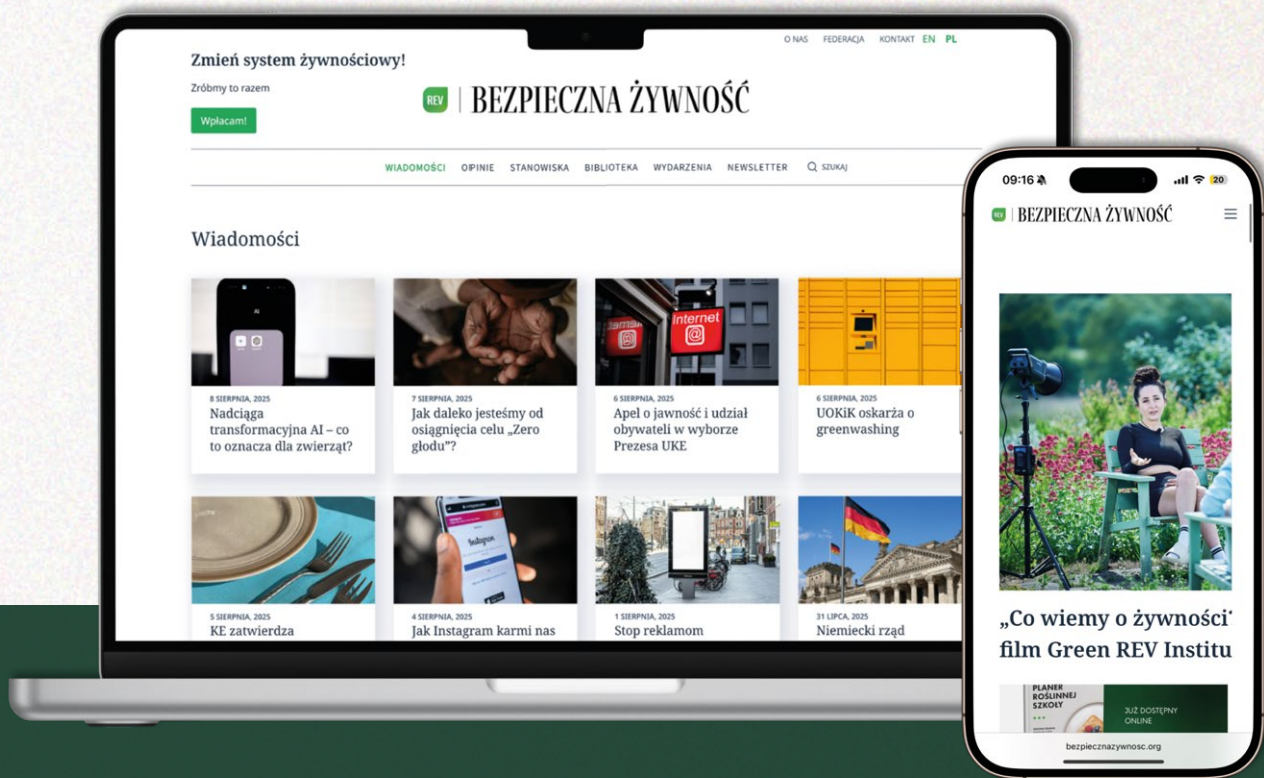
Obecnie środki publiczne w przeważającej mierze trafiają do dużych organizacji parasolowych oraz do podmiotów działających w największych miastach. W mniejszych miejscowościach organizacje lokalne rzadko mogą liczyć na wsparcie swojej działalności statutowej, mimo że to one najczęściej przejmują funkcje państwa w obszarze przeciwdziałania wykluczeniu żywnościowemu.

Wzmocnienie lokalnych organizacji pomocowych powinno stać się jednym z priorytetów polityki społecznej. Bez stabilnego, przewidywalnego wsparcia finansowego i instytucjonalnego istnieje realne ryzyko dalszej erozji systemu bezpieczeństwa żywnościowego. Jest to wyzwanie dla decydentów zarówno krajowych, jak i samorządowych – wymagające długofalowego podejścia opartego na uznaniu roli trzeciego sektora jako strategicznego partnera państwa w walce z ubóstwem i nierównościami społecznymi.

Anna Wolska – dyrektorka Banku Żywności SOS w Warszawie. Ukończyła filozofię i socjologię w ramach Międzywydziałowych Indywidualnych Studiów Humanistycznych na Uniwersytecie Mikołaja Kopernika oraz studia MBA w Instytucie Nauk Ekonomicznych PAN. Menedżerka z kilkunastoletnim doświadczeniem w instytucjach publicznych i organizacjach pozarządowych. Autorka kilkudziesięciu projektów wspierających realizację działań sektora pozarządowego.



BEZPIECZNA ŻYWNOSĆ



**PORTAL BEZPIECZNA
ŻYWNOSĆ JUŻ ONLINE**

[BEZPIECZNAZYWNOSC.ORG](https://bezpiecznazywnosc.org)

BEZPIECZEŃSTWO PUBLICZNE ZALEŻY W DUŻEJ MIERZE OD OCHRONY GLEB, WÓD I POWIETRZA

Piotr Skubała

Uniwersytet Śląski

Bezpieczeństwo publiczne w XXI wieku coraz wyraźniej ujawnia swój ekologiczny fundament. Nie sposób mówić o stabilności społecznej, zdrowiu publicznym czy bezpieczeństwie żywnościowym bez odniesienia do stanu środowiska przyrodniczego. Gleby, wody, powietrze oraz funkcjonujące ekosystemy nie są jedynie elementami „otoczenia” ludzkiej cywilizacji – są jej biologiczną podstawą. W tym sensie ochrona środowiska nie stanowi jednego z wielu sektorowych wyzwań polityki publicznej, lecz jest warunkiem możliwości istnienia nowoczesnych społeczeństw.

Z perspektywy nauk przyrodniczych Ziemia jawi się jako system naczyń połączonych, działający w określonych granicach biofizycznych. Koncepcja granic planetarnych pokazuje, że ludzkość weszła w obszar wysokiego ryzyka – przekroczyła bezpieczne progi m.in. w zakresie klimatu, różnorodności biologicznej, użytkowania gruntów oraz obiegu pierwiastków biogennych. Jednym z głównych motorów tych przekroczeń jest sposób, w jaki produkujemy żywność. Współczesne rolnictwo wielkoprzemysłowe, silnie schematyzowane i oparte na przemysłowej hodowli zwierząt, stało się jednym z kluczowych czynników destabilizacji systemu Ziemi.

Gleba, często postrzegana wyłącznie jako zasób produkcyjny, jest w istocie jednym z najbardziej złożonych ekosystemów na planecie. To w niej zachodzą procesy decydujące o obiegu materii, dostępności składników pokarmowych i zdolności do retencji wody. Badania wskazują, że intensywne rolnictwo prowadzi do gwałtownej utraty materii organicznej, spadku aktywności biologicznej gleb oraz ich fizycznej degradacji. Monokultury i nadmierna mechanizacja niszczą strukturę gleby, co czyni ją podatną na erozję i przesuszenie. Jednocześnie przemysłowa hodowla zwierząt generuje ogromne ilości odchodów, które w nadmiarze stają się źródłem skażeń

chemicznych, a nie odbudowy żyzności. W efekcie gleba traci zdolność do pełnienia swoich funkcji ekosystemowych, co bezpośrednio zagraża bezpieczeństwu żywnościowemu.

Woda stanowi kolejny element, którego kondycja jest ściśle powiązana z dominującym modelem rolnictwa. Spływy powierzchniowe nawozów azotowych i fosforowych z pól oraz ferm przemysłowych prowadzą do eutrofizacji wód powierzchniowych, zakwitów sinic i degradacji ekosystemów rzecznych i jeziornych. Skażenie wód podziemnych azotanami stanowi zagrożenie dla zdrowia ludzi, szczególnie dzieci. Jednocześnie intensywne użytkowanie gruntów rolnych przyczynia się do zaniku naturalnej retencji: osuszane mokradła, uregulowane rzeki i uszczelnione gleby przestają magazynować wodę. Krajobraz rolniczy traci zdolność amortyzowania ekstremów pogodowych, co prowadzi do nasilania się susz i powodzi – zjawisk bezpośrednio zagrażających bezpieczeństwu publicznemu.

Nie można pominąć wpływu rolnictwa i przemysłowej hodowli zwierząt na jakość powietrza. Emisje amoniaku z intensywnie nawożonych pól i ferm zwierzęcych są jednym z głównych źródeł wtórnych pyłów zawieszonych, które znacząco pogarszają stan zdrowia populacji. Do tego dochodzą emisje metanu i podtlenku azotu – gazów cieplarnianych o wysokim potencjale ocieplającym, w dużej mierze związanych z chowem zwierząt. Zanieczyszczone powietrze nie jest problemem lokalnym; jego skutki rozciągają się w czasie i przestrzeni, a to obciąża systemy ochrony zdrowia i pogłębia nierówności społeczne.

Najbardziej niepokojące konsekwencje ujawniają się jednak w stanie ekosystemów. Intensyfikacja produkcji rolnej prowadzi do uproszczenia krajobrazu, zaniku siedlisk półnaturalnych i dramatycznego spadku bioróżnorodności. Liczne badania dokumentują gwałtowny spadek liczebności owadów zapylających, ptaków krajobrazu rolniczego oraz organizmów glebowych. Tymczasem to właśnie różnorodność biologiczna stanowi podstawę stabilności ekosystemów i ich zdolności do regeneracji. Ekosystemy zdegradowane przez presję rolnictwa wielkoprzemysłowego stają się kruche i niezdolne do pełnienia funkcji regulacyjnych, od których zależy rolnictwo samo w sobie.

W tym kontekście szczególnie ważna staje się koncepcja One World, która przypomina, że żyjemy w jednym, współzależnym systemie życia, w którym nie istnieją odrębne światy: „ludzki”, „przyrodniczy”, „rolniczy” czy „gospodarczy”. Stan gleb wpływa na jakość wody i żywności, jakość wody – na zdrowie ludzi i ekosystemów, a skład powietrza – na klimat i funkcjonowanie całej biosfery. Przemysłowa produkcja żywności, intensywna hodowla zwierząt i degradacja środowiska nie są problemami lokalnymi ani sektorowymi – ich skutki rozchodzą się globalnie,

przekraczają granice państw, regionów i pokoleń. Koncepcja One World podkreśla, że bezpieczeństwo publiczne nie może być budowane kosztem środowiska ani innych istot żywych, ponieważ wszyscy jesteśmy zanurzeni w tym samym systemie zależności. Ochrona środowiska jest więc nie tylko obowiązkiem moralnym wobec przyrody, lecz także racjonalnym wyborem wynikającym ze świadomości, że nie ma alternatywnego świata, do którego moglibyśmy się przenieść. Jest jedna planeta, jeden obieg materii i energii, jedno wspólne bezpieczeństwo – albo jego brak.

Warto w tym miejscu przypomnieć, że żyjemy na planecie symbiotycznej, co w sposób fundamentalny opisała Lynn Margulis w książce *Symbiotic Planet: A New Look At Evolution* (Basic Books 1999). Margulis pokazała, że życie na Ziemi rozwijało się przede wszystkim nie przez konkurencję, lecz przez współpracę, współzależność i długotrwałe relacje symbiotyczne – od poziomu komórkowego, po całe ekosystemy. To symbioza, a nie dominacja, umożliwiła powstanie złożonych form życia, w tym samego człowieka. Ten biologiczny fakt ma głębokie konsekwencje etyczne i cywilizacyjne: niszcząc relacje, od których zależy funkcjonowanie biosfery, podkopujemy fundamenty własnego istnienia. Jeśli chcemy mówić o bezpieczeństwie publicznym w epoce kryzysów ekologicznych, musimy odejść od logiki dominacji – nad glebą, wodą, zwierzętami i innymi ludźmi – na rzecz logiki współbycia. Planeta nie jest polem bitwy o zasoby, lecz siecią wzajemnych zależności, w której każde zerwane ogniwo osłabia całość.

Jeżeli rzeczywiście uznajemy, że żyjemy na symbiotycznej planecie, konsekwencją tej wiedzy musi być głęboka transformacja sposobu, w jaki produkujemy żywność. Potrzebujemy rolnictwa, które wpisuje się w logikę symbiozy, a nie ją niszczy – rolnictwa współpracującego z procesami biologicznymi gleby, krajobrazu i klimatu, zamiast próbować je kontrolować i zastępować chemią oraz technologią. Rolnictwo przyszłości powinno wzmacniać relacje: między roślinami a mikroorganizmami glebowymi, między zwierzętami a krajobrazem, między człowiekiem a ekosystemem, którego jest on częścią. Przemysłowa hodowla zwierząt i schematyzowane monokultury są zaprzeczeniem tej logiki – rozrywają sieci współzależności, generują odpady zamiast obiegów materii i prowadzą do ekologicznej oraz społecznej erozji. Rolnictwo oparte na zasadach agroekologii, różnorodności biologicznej i poszanowaniu dobrostanu zwierząt nie jest powrotem do przeszłości, lecz warunkiem przyszłości. Tylko system produkcji żywności, który respektuje fakt, że życie na Ziemi trwa dzięki współpracy, może stać się trwałym fundamentem bezpieczeństwa publicznego na symbiotycznej planecie.

Moje życzenie dotyczy więc systemowej zmiany paradygmatu. Ochrona gleb, wód, powietrza i czystych ekosystemów wymaga odejścia od rolnictwa opartego na maksymalizacji krótkoter-

minowej wydajności i ekspansji przemysłowej hodowli zwierząt. Potrzebujemy rolnictwa, które działa w granicach planetarnych, wzmacnia różnorodność biologiczną, odbudowuje żyzność gleb i szanuje dobrostan zwierząt. Tylko taki model może zapewnić długofalowe bezpieczeństwo publiczne.

Bezpieczna przyszłość nie powstanie bez odwagi politycznej i intelektualnej. Wymaga uznania, że zdrowe środowisko jest najważniejszym kapitałem społecznym, a sposób produkcji żywności decyduje o stabilności świata. Gleby, wody, powietrze i funkcjonujące ekosystemy nie są zasobami do zużycia, lecz wspólnym dobrem, od którego zależy nasze przetrwanie. To życzenie kieruję do decydentów i decydek: potraktujcie ochronę środowiska oraz głęboką reformę rolnictwa jako fundament bezpieczeństwa publicznego. Od tego wyboru zależy nie tylko stan przyrody, lecz także przyszłość społeczeństw, które tę przyrodę zamieszkują.

Piotr Skubała, prof. dr hab. – Wydział Nauk Przyrodniczych, Uniwersytet Śląski w Katowicach. Ekolog, akarolog, etyk środowiskowy, edukator i aktywista klimatyczny. Ekspert ds. etyki Komisji Europejskiej, członek Państwowej Rady Ochrony Przyrody, sieci Team Europe i Rady Klimatycznej UN Global Compact Network Poland. Szczyci się tytułem największego humanisty wśród przyrodznawców, przyznanym przez Interdyscyplinarne Centrum Badań nad Edukacją Humanistyczną UŚ.

**KONCEPCJA GRANIC
PLANETARNYCH POKAZUJE,
ŻE LUDZKOŚĆ WESZŁA
W OBSZAR WYSOKIEGO
RYZYKA – PRZEKROCZYŁA
BEZPIECZNE PROGI M.IN.
W ZAKRESIE KLIMATU,
RÓŻNORODNOŚCI
BIOLOGICZNEJ, UŻYTKOWANIA
GRUNTÓW ORAZ OBIEGU
PIERWIASTKÓW BIOGENNYCH.
JEDNYM Z GŁÓWNYCH
MOTORÓW TYCH PRZEKROCZEŃ
JEST SPOSÓB, W JAKI
PRODUKUJEMY ŻYWNOSĆ.**

PIOTR SKUBAŁA

JEDNO ŻYCZENIE DLA PRZYSZŁOŚCI: ODWAŻNA I SPÓJNA POLITYKA ŻYWNOŚCIOWA I KLIMATYCZNA

Marzena Wichniarz

Rodzice dla Klimatu

Żyjemy w czasach, w których niemal każda decyzja – choć z pozoru prosta, niewymagająca wysiłku i nieznacząca – ma konsekwencje wykraczające daleko poza tu i teraz. Wybory dotyczące energii, transportu czy przestrzeni miejskiej dotyczą już nie tylko nas samych – wpływają na otoczenie, kształtują krajobraz, utrwalają polityki i, co najbardziej znamienne, kumulują się w obliczu kryzysu klimatycznego. O ile jednak wspomniane obszary są dość już wyraźnie obecne w naszej świadomości i przekładają się na decyzje polityczne, rzadko w tej samej kategorii umieszczamy żywność, często traktując ją jako „oczywisty wybór”, pozbawiony jednak politycznego impulsu, występujący jako temat drugorzędny – techniczny, kosztowy, „do załatwienia przy okazji”.

Patrząc z tej perspektywy, trudno uciec od pytania, czy obecne polityki publiczne rzeczywiście odpowiadają skali wyzwań, przed którymi stoimy. Kryzys klimatyczny, rosnąca liczba chorób dietozależnych, utrata bioróżnorodności i narastające nierówności zdrowotne nie są odrębnymi problemami – są objawami tego samego systemu, który przez lata premiował ilość i skalę, niską cenę i krótkoterminową opłacalność kosztem jakości, prewencji i długofalowej odpowiedzialności.

Żywność jest jednym z najbardziej namacalnych efektów decyzji politycznych. Widać ją w szkolnych stołówkach, w przetargach publicznych, w jadłospisach jednostek opiekuńczych, na sklepowych półkach i w codziennych wyborach rodzin. To tam polityka przestaje być abstrakcją, a zaczyna realnie wpływać na zdrowie pokoleń, szczególnie dzieci – ich zdolności poznawcze, koncentrację, rozwój i przyszłe szanse. A jednak wciąż zbyt rzadko traktujemy ją jako element infrastruktury zdrowia publicznego i bezpieczeństwa społecznego.

Najwyższy czas, aby polityka żywnościowa – na poziomie krajowym i europejskim – była wreszcie traktowana z należytą powagą. Nie możemy dłużej postrzegać jej w oderwaniu od polityki klimatycznej i zdrowotnej, wycofywać się z wcześniej przyjętych celów w obliczu presji krótkoterminowych interesów i środowisk bazujących na niepokojach społecznych czy utrwalonych nawykach zamiast na rzetelnych dowodach naukowych.

System, który nas żywi, nie jest neutralny. Kształtuje nasze ciała, krajobrazy i społeczeństwa. To on decyduje, czy dzieci dorastają zdrowe, choroby dietozależne stają się normą, rolnictwo jest źródłem stabilności i odporności, czy też kolejnym obszarem podatnym na kryzysy. Aby wyjść temu naprzeciw, polityka klimatyczna powinna stać się spójną, wielowątkową opowieścią zamiast zbiorem nieskoordynowanych deklaracji.

Właśnie dlatego tak wyraźnie widać dziś, że żywność nie jest już wyłącznie kwestią indywidualnych wyborów czy kulturowych przyzwyczajzeń. Jest obszarem odpowiedzialności publicznej. To państwo – poprzez regulacje, standardy, zamówienia publiczne i programy edukacyjne – współtworzy środowisko, w którym te wybory są podejmowane. Szczególnie dotyczy to dzieci i młodzieży, którzy nie mają pełnej sprawczości, a jednocześnie ponoszą długofalowe konsekwencje decyzji dorosłych. Szkoła jest jednym z najbardziej wyrazistych przykładów tej odpowiedzialności. To tu krzyżują się polityki zdrowotne, edukacyjne i żywnościowe, a stołówka szkolna staje się jednym z kluczowych miejsc, w których państwo realnie wpływa na codzienne funkcjonowanie młodego pokolenia. A jednak właśnie w tym obszarze widać dziś największy rozdźwięk między deklaracjami a praktyką. Z jednej strony mówimy o profilaktyce otyłości, zdrowiu psychicznym, odporności i edukacji klimatycznej. Z drugiej – wciąż tolerujemy system, w którym jakość posiłków podporządkowana jest głównie kryterium ceny, a jadłospisy nie odzwierciedlają ani aktualnej wiedzy naukowej, ani wyzwań środowiskowych.

Dane są jednoznaczne. Raport Najwyższej Izby Kontroli z 2025 roku pokazuje, że działania na rzecz zdrowego żywienia dzieci mają charakter fragmentaryczny, nieskoordynowany i pozbawiony realnych narzędzi wdrożeniowych. Badania organizacji społecznych, w tym analiza ponad kilkunastu tysięcy szkolnych dań przeprowadzona przez Green REV Institute i Koalicję Future Food 4 Climate w 2024 roku, potwierdzają dominację żywności mięsnej, nierzadko wysokoprzetworzonej w szkolnych jadłospisach, przy marginalnym udziale pełnowartościowych posiłków roślinnych. Jednocześnie statystyki zdrowotne nie pozostawiają złudzeń – rosnąca skala nadwagi i otyłości wśród dzieci oraz chorób dietozależnych jest jednym z najpoważniejszych wyzwań zdrowia publicznego w Polsce.

Nie jest to jednak wyłącznie problem zdrowotny. To także kwestia klimatu i odporności systemów żywnościowych. Globalny system produkcji żywności odpowiada dziś za znaczną część emisji gazów cieplarnianych, zużycia wody i degradacji gleb. Hodowla zwierząt, szczególnie w intensywnym modelu przemysłowym, pozostaje jednym z najbardziej obciążających środowisko elementów tego systemu. Oznacza to, że sposób, w jaki planujemy żywienie zbiorowe – w tym żywienie dzieci – ma bezpośrednie znaczenie dla realizacji celów klimatycznych, ochrony bioróżnorodności i bezpieczeństwa żywnościowego w dłuższej perspektywie.

W tym kontekście coraz wyraźniej wybrzmiewa pytanie nie o to, czy potrzebujemy zmiany, ale o to, czy mamy odwagę ją przeprowadzić. Nauka dostarcza dziś wystarczająco dużo dowodów, by projektować polityki żywnościowe, które jednocześnie wspierają zdrowie ludzi i planetę – od zaleceń diety planetarnej, po modele zrównoważonych zamówień publicznych. Wyzwanie polega na tym, by nie wycofywać się z tych kierunków pod presją krótkoterminowych interesów i politycznej wygody.

Piszę te słowa jako przedstawicielka społeczeństwa obywatelskiego, ale także jako rodzic, który codziennie widzi skutki systemowych decyzji w bardzo konkretnym wymiarze – na talerzu swoich dzieci. Wierzę, że polityka żywnościowa może i powinna stać się jednym z filarów odpowiedzialnej polityki klimatycznej i zdrowotnej. Warunkiem jest jednak spójność, konsekwencja i gotowość do traktowania żywienia nie jako kosztu, lecz jako inwestycji w przyszłe pokolenia. Oto, co oznaczałaby taka polityka w praktyce:

1. Skończmy z rozdźwiękiem między tym, czego uczymy, a tym, co praktykujemy. Edukacja klimatyczna i zdrowotna w szkołach musi wykraczać poza podręcznik i program – stołówka szkolna powinna stać się praktycznym przykładem, jak kształtować codzienne wybory. Dzieci, ucząc się o wpływie człowieka na klimat, powinny widzieć na talerzu pozytywny przykład: lokalne i sezonowe warzywa i owoce, produkty pochodzące z ekologicznych upraw, dania roślinne przyrządzane na miejscu, które są zarówno smaczne, jak i przyjazne planecie. Mamy w Polsce wspaniałe inicjatywy i dobre praktyki – szkoły, które zmieniają swoje menu na bardziej roślinne, lekcje gotowania, szkolne ogródki warzywne czy praktyczne działania ograniczające marnowanie żywności – pora, by stały się normą, a nie wyjątkiem. Stołówka może wychowywać – wykorzystajmy ten potencjał.
2. Wdrożenie wysokich standardów jakości posiłków w szkołach. Najwyższa Izba Kontroli zaleca stworzenie ogólnopolskiego planu poprawy żywienia, z jasnymi celami, oraz ustalenie minimalnych stawek żywieniowych w żłobkach, przedszkolach i szkołach. Dziś

- w wielu miejscach koszty obiadów kalkuluje się na absurdalnie niskim poziomie (3–5 zł), co uniemożliwia zakup świeżych, wysokiej jakości i pełnowartościowych produktów. To trzeba zmienić: zdrowy posiłek i inwestycja w żywienie dzieci to inwestycja w przyszłość – zdrowsze społeczeństwo i mniejsze wydatki na leczenie chorób dietozależnych. Należy też wprowadzić obowiązek zapewnienia bezpłatnej czystej wody pitnej w każdej placówce.
3. Każda stołówka szkolna powinna codziennie zapewniać pełnowartościowy posiłek roślinny – dostępny zarówno dla dzieci na diecie bezmięsnej, jak i dzieci z alergiami. To element wyrównywania szans, realnego wsparcia zdrowia oraz prosty sposób na ograniczenie śladu węglowego żywienia zbiorowego.
 4. Sama polityka rolna musi zacząć nagradzać zrównoważone praktyki, a nie produkcję za wszelką cenę. Rolnicy są strażnikami naszego bezpieczeństwa żywnościowego – powinniśmy wspierać ich w przechodzeniu na uprawy regeneracyjne, ekologiczne, zróżnicowaną produkcję. Trzeba ułatwić rolnikom dostęp do programów rolno-środowiskowych, premiować uprawę roślin wysokobiałkowych, ograniczać marnotrawstwo żywności – choćby poprzez rozwój lokalnych rynków zbytu i infrastruktury przechowalniczej. Wspólna Polityka Rolna UE na lata 2023–2027 dysponuje ogromnym budżetem – dopilnujmy, by te środki wspierały cele klimatyczne i zdrowotne, a nie konserwowały *status quo*.
 5. Zrównoważone zamówienia publiczne żywności – do stołówek szkolnych, szpitali, domów opieki, urzędów – powinny stać się standardem. Instytucje publiczne mogą dawać przykład, kupując lokalnie, sezonowo, wybierając produkty o wyższej wartości odżywczej i mniejszym śladzie ekologicznym. To stymulowałoby popyt na produkty od odpowiedzialnych producentów i budowało cały łańcuch dostaw przyjazny środowisku.
 6. Na poziomie krajowym potrzebujemy aktualizacji lub stworzenia strategii żywnościowej, która wprost powiąże cele zdrowotne z klimatycznymi. Każda nowa polityka – czy to polityka rolna, czy polityka klimatyczna – powinna być oceniana pod kątem wpływu na system żywnościowy jako całość.
 7. Na poziomie unijnym z kolei niezbędne jest uchwalenie ambitnego prawa o zrównoważonych systemach żywnościowych. Obecnie pracuje się nad nim zbyt wolno, a Komisja Europejska odwleka tę inicjatywę mimo wcześniejszych zapowiedzi. Zdaniem ekspertów brak takich ram prawnych to nie tylko luka proceduralna – to pozostawienie systemu żywnościowego bez spójnych regulacji chroniących zdrowie publiczne, klimat i bioróżnorodność. Planowane unijne Sustainable Food Systems Law ma szansę stać się kluczowym narzędziem

transformacji, które zintegruje kwestie jakości żywności, ochrony środowiska oraz stabilności ekonomicznej rolników. Apelujemy, by Polska aktywnie wsparła tę inicjatywę na forum UE – nasze dzieci zasługują na to, by interes społeczny wygrał z krótkowzrocznymi interesami branż lobby.

To, czy połączymy politykę rolną, zdrowotną i klimatyczną w spójną całość, nie jest już pytaniem o zakres i technalia. Jest pytaniem o odpowiedzialność. O to, czy potrafimy podejmować decyzje, które wykraczają poza jedną kadencję i jeden budżet. Czy jesteśmy gotowi oprzeć się presji krótkoterminowych interesów tam, gdzie stawką jest dobro wspólne i zdrowie kolejnych pokoleń?

Jako społeczeństwo obywatelskie nie oczekujemy cudów. Oczekujemy spójności, oparcia polityk na dowodach i traktowania żywności z należytą powagą. Oczekujemy, że zdrowie dzieci, odporność systemów żywnościowych i stabilność klimatu będą rozpatrywane nie osobno, lecz jako elementy jednej odpowiedzialnej wizji przyszłości. Bo przyszłość nie zaczyna się w 2050 roku, zaczyna się dziś – w decyzjach, które podejmujemy przy stole, w salach sejmowych i w urzędach. A od jakości tych decyzji zależy znacznie więcej niż to, co trafia na talerz.

Swój apel kieruję do polityków i decydentów samorządowych, krajowych i europejskich.

Marzena Wichniarz – współzałożycielka i prezeska Fundacji Rodzice dla Klimatu. Członkini zespołów doradczych ds. współpracy z NGO oraz edukacji klimatycznej przy Ministerstwie Edukacji Narodowej. Ambasadorka Europejskiego Paktu na rzecz Klimatu przy Komisji Europejskiej. Jedna z 25 liderok dla klimatu i środowiska magazynu „Forbes” w 2024 roku. Absolwentka politologii, studiów MBA Zarządzanie polityką energetyczną i klimatyczną oraz Międzynarodowej Akademii Klimatu.

PLANER ROŚLINNEJ SZKOŁY
JUŻ DOSTĘPNY ONLINE
POBIERZ SWÓJ EGZAMPLARZ

PLANER ROŚLINNEJ SZKOŁY



ZIELONA ZMIANA

zaczyna się w szkole
– dlaczego właśnie tam?

ROŚLINNA KUCHNIA:

smak, zdrowie,
przyszłość. Gotuj bez
kompromisów

ŚWIAT OD KUCHNI

– jak żywność może
wspierać klimat, zdrowie
i środowisko



mockup by Freepik



EKSPERCKIE ARTYKUŁY
I PRAKTYCZNE PLANY
ŻYWIENIOWE DLA SZKÓŁ

NASZE MIASTA MUSZĄ PROJEKTOWAĆ LOKALNE SYSTEMY DLA BEZPIECZEŃSTWA ŻYWNOŚCIOWEGO

Agnieszka Krzyżak-Pitura

Fundacja Rodzic w mieście

W ostatnich latach „bezpieczeństwo” odmieniane jest na wszystkie możliwe sposoby, w każdym publicznym i prywatnym miejscu. O bezpieczeństwie mówi premier z ministrami, mówią samorządowcy, mówią eksperci, znajomi na kawie, rodzina przy obiedzie. Powstał program dobrowolnych szkoleń dla cywilów, na światło dzienne wyciągane są powojenne plany schronów, a w niemal każdym urzędzie miejskim wiszą plakaty o tym, co spakować do plecaka bezpieczeństwa. Dla Zetek oraz świadomych już w większości nastolatków z pokolenia Alpha wojna przy granicy i konieczność myślenia o ewentualnych drogach ucieczki do najbliższego bezpiecznego miejsca są bezsprzeczną nowością. Niemniej ja, przedstawicielka Millennialsów, pamiętam lekcje z obrony cywilnej oraz szkolenia z zakładania masek przeciwgazowych i rozpoznawania sygnałów alarmowych.

Teraz, 25 lat później, chciałabym jednak, żebyśmy bezpieczeństwo postrzegali z metapoziumu. Nie tylko w kategoriach obronności, liczebności żołnierzy czy wyposażenia w sprzęt wojskowy. Z mojej perspektywy bezpieczeństwo każdego z nas zaczyna się zdecydowanie gdzie indziej – w naszej społeczności: w domu, szkole, pracy i mieście. A jednym z kluczowych obszarów bezpieczeństwa, będącym jednocześnie podstawą życia, jest bezpieczeństwo żywnościowe.

Co kryje się pod tym pojęciem? Oczywiście jako pierwsze skojarzenia nasuwają się konserwy schowane w piwnicy na czarną godzinę i butelki wody pitnej. Chciałabym jednak zachęcić Was – czytelników tego Magazynu – do szerszego spojrzenia na bezpieczeństwo żywnościowe: zarówno z perspektywy społeczności lokalnej, jaką tworzymy, żyjąc w konkretnej miejscowości, jak i z perspektywy indywidualnej – przy robieniu codziennych zakupów w sklepie spożywczym. Od 2022 roku jako członkini zespołu eksperckiego przedstawicieli organizacji pozarządowych

miałam okazję współtworzyć „Strategię rozwoju metropolii warszawskiej”. Tam po raz pierwszy zetknęłam się z ideą strategicznego planowania obszarów produkcji żywności. Pomysł, który może się wydawać dość egzotyczny, jest w gruncie rzeczy całkiem sensowny. W przypadku dużego ośrodka miejskiego, a zwłaszcza metropolii, gdzie mamy do czynienia z ogromną liczbą mieszkańców, planowanie produkcji żywności w odległości skracającej łańcuch dostaw daje przynajmniej dwie istotne korzyści. Po pierwsze, mieszkańcy zyskują dostęp do lokalnych i sezonowych produktów, co przekłada się na wspieranie zdywersyfikowanej i zrównoważonej produkcji oraz rolnictwa ekologicznego. Po drugie, krótki łańcuch dostaw jest mniej podatny na zewnętrzne czynniki niezależne od społeczności danego miasta i samych producentów, takie jak wzrost kosztów paliwa czy – w przypadku konfliktu zbrojnego – utrudniony lub niemożliwy transport drogowy.

Tworzenie pierścienia zdywersyfikowanej produkcji rolnej wokół miast i metropolii pozwala również na uniezależnienie się od wielkich, międzynarodowych producentów. Daje to większą stabilność, bezpieczeństwo oraz pewność, że dana społeczność jest w stanie – w sytuacji kryzysowej – sama zapewnić sobie podstawowe produkty żywnościowe. Mając za sobą doświadczenie pandemii COVID-19, wiemy już, co dzieje się, gdy zamykane są fabryki, centra przetwarzające czy wstrzymywany jest transport międzykontynentalny.

Żywność pochodząca od lokalnych dostawców może trafiać bezpośrednio na stragany lokalnych targów, które są doskonałym uzupełnieniem zrównoważonej i sprawiedliwej polityki żywnościowej państwa. Na bazarze klienci mogą wybierać spośród produktów pochodzących od różnych dostawców, porozmawiać z nimi o pochodzeniu czy składzie danego produktu, a przede wszystkim nie przepłacać z powodu konieczności ponoszenia kosztów marketingu, opakowań czy dostaw. Na targach nie znajdziemy też żywności wysokoprzetworzonej, co ogranicza jej spożycie i przekłada się na lepszą kondycję zdrowotną konsumentów i konsumentek. Lokalne punkty sprzedaży żywności zwiększają jej dostępność dla osób mieszkających w większej odległości od dużych sklepów sieciowych. Bazary mają również swoje mniej oczywiste zalety: można się na nie wybrać pieszo lub rowerem, dzięki czemu podstawowa czynność, jaką jest kupowanie jedzenia, nie generuje dodatkowych negatywnych zjawisk, takich jak zanieczyszczenie powietrza czy chaos przestrzenny związany z koniecznością parkowania. Targi są także miejscem spotkań i nawiązywania kontaktów, szczególnie ważnym dla osób starszych, które potrzebują takich przestrzeni do utrzymywania relacji społecznych. Są ponadto bardziej przyjazne dla osób z nadwrażliwością na dźwięki, czujących dyskomfort w tłumie czy mierzących się z innymi wyzwaniami związanymi z neuro różnorodnością.

Bezpośredni kontakt ze świeżą żywnością, którą możemy dotknąć, powąchać i o której możemy porozmawiać, może pozytywnie przełożyć się na zachęcanie mieszkańców oraz władz lokalnych do zakładania mniejszych i większych miejskich ogródków żywnościowych. Sadzenie roślin i dbanie o nie tak, aby wydały oczekiwane plony, uczy odpowiedzialności, systematyczności i szacunku do żywności. To z kolei pozytywnie wpływa na różnorodność spożywanego jedzenia, zwiększa udział zdrowych i pożądaných składników w codziennej diecie oraz ogranicza marnowanie żywności. Inaczej bowiem podchodzimy do połowy pomidora kupionego w sklepie, sprowadzonego zimą ze szklarni w Hiszpanii, a inaczej do tego wyhodowanego własnoręcznie, podlewanego i pachnącego. Zmianę podejścia do żywności potwierdzają nauczyciele i opiekunowie ze szkół, żłobków i przedszkoli, które mają ogródki przy swoich placówkach. Angażowanie dzieci w sadzenie i pielęgnowanie roślin, a następnie wspólne przygotowywanie z nich posiłków bezsprzecznie wpływa pozytywnie na rozwój samodzielności i odpowiedzialności oraz kształtuje zdrowe nawyki żywieniowe. W przypadku zarówno dzieci, jak i dorosłych bezpośredni kontakt z produkcją żywności prowadzi do głębszego zastanowienia się nad tym, skąd realnie ona pochodzi. Bo o ile pomidor czy cukinia wyrastają z ziemi, o tyle odpowiedź na pytanie, skąd bierze się na talerzu kurczak, bywa znacznie trudniejsza.

Rozmowy o cierpieniu zwierząt w przemysłowych hodowlach oraz o kosztach środowiskowych, jakie generuje produkcja mięsa, nie muszą być traumatyczne ani drastyczne. Mogą być uświadamiające i uczyć szacunku do każdego żyjącego stworzenia na tej planecie. Z mojej perspektywy bezpieczeństwo żywnościowe to również merytoryczna, uczciwa i oparta na danych rozmowa o żywności, mająca na celu ochronę obywateli przed spożywaniem produktów negatywnie wpływających na zdrowie, zawierających hormony lub wzmacniacze smaku.

Od kilkunastu lat obserwujemy w Polsce degradację systemu publicznego żywienia. W szkołach likwidowano stołówki, bary mleczne zostały wyparte przez modne lunchownie, a w sklepikach szkolnych trudno znaleźć wartościowe drugie śniadanie. W efekcie dzieci codziennie jedzą chrupki, drożdżówki i musy owocowe z plastikowych tubek, a młodzież żywi się głównie w „zielonym sklepie”, który można znaleźć na każdym rogu, bo tylko tam są w stanie kupić ciepły posiłek w swoim kilkunastozłotowym budżecie. Zwykle jest to hot dog, pizza lub frytki. Ci „szczęśliwsi”, mający dostęp do sieci fast foodów, mogą przynajmniej usiąść, aby ten junk food skosztować.

Brak możliwości kupienia zdrowego posiłku w szkole oraz brak miejsc, w których po zajęciach można zjeść tani i zdrowy obiad, to jeden z problemów, który jak mantra przewija się w moich rozmowach z dziećmi i nauczycielami. Również osoby zarządzające placówkami na szczeblu samorządowym zdają się często nie dostrzegać skali tego wyzwania. „Przecież dzieci mogą przynieść jedzenie z domu” – słyszę niejednokrotnie. Owszem, niektóre mogą. Inne mają zbyt zapracowanych rodziców, którzy nie zdążą przygotować kanapki przed wyjściem do pracy, albo takich, którzy po powrocie nie ugotują obiadu. Zamiast zamykać oczy na problem, powinniśmy wrócić do szkolnych stołówek, w których jedzenie przygotowują wykwalifikowani pracownicy, a każde dziecko może bezpłatnie zjeść ciepły i zdrowy posiłek. To jest właśnie realne zapewnienie bezpieczeństwa. Dożywione i zdrowe dzieci to priorytet, w który bezsprzecznie powinniśmy inwestować.

To, co i jak jemy, ma ogromny wpływ na życie każdego z nas, ale także na zdrowie publiczne. Otyłość i cukrzyca typu II to choroby cywilizacyjne bezpośrednio związane ze spożywaną żywnością – nie tylko jej ilością, lecz przede wszystkim jakością. Jedzenie wpływa również na funkcjonowanie organizmu: wydajność fizyczną, chęć podejmowania codziennych wyzwań oraz zdolność uczenia się i zapamiętywania. Jest także istotnym elementem procesu leczenia – może go wspierać lub opóźniać. Na szczęście wie o tym już także Ministerstwo Zdrowia, które od 1 stycznia 2026 roku wprowadziło nowe standardy żywienia w szpitalach, oparte na lepszej jakości produktach, indywidualnym podejściu do potrzeb i wykluczeń żywieniowych pacjentów oraz na pracy szpitalnych dietetyków. To bardzo ważna i – choć niektórym może się to wydawać niezrozumiałe – przełomowa zmiana. Osoby, które nie doświadczyły szpitalnego jedzenia, często nie zdają sobie sprawy z tego, że na oddziałach pediatrycznych rocznym dzieciom podaje się żurek i słodzoną herbatę, a matkom po porodzie – kanapkę z plasterkiem sera i połową jajka.

Zresztą niezmienna popularność hasła „cukier krzepi” widoczna jest niemal w każdym publicznym przedszkolu w Polsce. Mimo że są miasta – jak Warszawa – które mają określone standardy żywienia w przedszkolach, rzekomo wdrożone we wszystkich publicznych placówkach, każdego września do Fundacji Rodzic w Mieście zgłaszają się rodzice maluchów zszokowani przedszkolnym menu. Słodzona czarna herbata, parówki oraz biały chleb z dżemem – to standard w jadłospisie przygotowywanym dla cztero-, pięcio- i sześciolatków. Niewielu rodziców wie, że może realnie wpływać na to, co podawane jest dzieciom w przedszkolu, a także iż dostęp do posiłków wegańskich czy bezmięsnych jest prawem, którego realizacji mogą się domagać bez konieczności przedstawiania zaświadczeń lekarskich.

Chciałabym życzyć nam wszystkim mądrej polityki żywnościowej realizowanej przez rząd, samorządy i instytucje publiczne. Ulubionych sprzedawców na bazarze, pachnących ziół na balkonie, wspólnego przygotowywania posiłków i rozmów przy stole oraz zdrowego, pełnowartościowego posiłku w szkole dla każdego dziecka.

Swoje słowa kieruję do samorządowców miast większych i mniejszych.

Agnieszka Krzyżak-Pitura – założycielka i prezeska Fundacji Rodzic w mieście, członkini Stowarzyszenia Miasto Jest Nasze, wiceprezeska zarządu IV i V kadencji Kongresu Ruchów Miejskich. Działa na rzecz miast dobrych do życia dla rodzin z dziećmi, miast demokratycznych i miast praw człowieka. Radna Dzielnicy Mokotów w Warszawie. Z wykształcenia politolożka, absolwentka podyplomowych studiów PR i London School of Public Relations. Z zamiłowania socjolożka.

**ROZMOWY O CIERPIENIU
ZWIERZĄT W PRZEMYSŁOWYCH
HODOWLACH ORAZ
O KOSZTACH ŚRODOWISKOWYCH,
JAKIE GENERUJE PRODUKCJA
MIĘSA, NIE MUSZĄ BYĆ
TRAUMATYCZNE ANI DRASTYCZNE.
MOGĄ BYĆ UŚWIADAMIAJĄCE
I UCZYĆ SZACUNKU DO KAŻDEGO
ŻYJĄCEGO STWORZENIA
NA TEJ PLANECIE.**

AGNIESZKA KRZYŻAK-PITURA

DOMAGAJMY SIĘ, BY RZĄDZĄCY PROJEKTUJĄCY PRZYSZŁOŚĆ NIE ULEGALI NACISKOM GRUP INTERESU

Anna Duniewicz

Nasz Rzecznik

„Przede wszystkim zdrowia!” – tego najczęściej życzymy sobie w Nowym Roku, bo przecież „zdrowie jest najważniejsze”. Ale na nasze zdrowie, na nasz obecny i przyszły dobrostan, na kondycję społeczeństw i jakość codziennego życia w ogromnej mierze wpływają decyzje rządzących. Dlatego musimy domagać się od nich poszanowania naszego prawa do zdrowia.

Początek roku to dobry moment na refleksję nad błędami przeszłości, zrewidowanie krótkowzrocznych strategii i przedstawienie politycznych zwrotnic na bezpieczniejsze tory. To też dobry czas na zbiorowy apel do decydentów w Polsce i w Unii Europejskiej, by projektując naszą przyszłość, nie ulegali naciskom potężnych grup interesu.

Wśród wpływowych, a przy tym szczególnie niebezpiecznych dla naszego zdrowia, grup nacisku są producenci pestycydów i właściciele ferm przemysłowych, którzy coraz śmielej, dotkliwiej i bezkarniej trują nas i środowisko.

Pestycydy – chemiczne środki ochrony roślin – zabijają pszczoły, zanieczyszczają wodę, niosą poważne zagrożenia zdrowotne (w tym zaburzenia rozwoju mózgu u dzieci, działania neurotoksyczne i rakotwórcze). Dlatego w 2025 roku z niedowierzaniem przyjęliśmy wiadomość, że zamiast konsekwentnie ograniczać ich stosowanie w rolnictwie, Komisja Europejska planuje ułatwić ich stosowanie na terenie Unii. W minionym roku Dyrekcja Generalna ds. Zdrowia i Bezpieczeństwa Żywności (SANTE) przygotowała projekt rozporządzenia Omnibus, który – jak alarmują organizacje ekologiczne – wprowadza deregulację najcięższej chemii rolnej.

Spoleczne koszty tych „uproszczeń” ponieśliśmy wszyscy – w pierwszym rzędzie rolnicy, rolniczki i mieszkańcy wsi, stale narażeni na działanie toksycznych pestycydów, ale też konsumenci i konsumentki skażonej żywności. Organizacje pozarządowe biją na alarm: z miejsca, gdzie przepisy chronią ludzi przed pestycydami, stalibyśmy się rajem dla producentów takich jak Bayer-Monsanto, którzy mają finansowy interes w demontażu systemu bezpieczeństwa żywności.

Jak nie wiadomo, o co chodzi...

Unia Europejska to dla przemysłu chemicznego prawdziwe eldorado. Na ogromnym unijnym rynku sprzedaje się prawie jedną czwartą wszystkich pestycydów, o wartości kilkunastu miliardów euro.

Polska jest z kolei rajem dla ferm przemysłowych. W naszym kraju każdego miesiąca powstaje nowa ferma przemysłowa, która degradowe środowisko, zagraża zdrowiu okolicznych mieszkańców, zatrzuwa wody gruntowe. W 2023 roku przemysłowa produkcja drobiu osiągnęła półtora miliarda sztuk, a ekspansja ferm doprowadziła do ponad tysiąca protestów. Wiedziemy w Europie niechlubny prym w stosowaniu antybiotyków w hodowli zwierzęcej, co zwiększa groźną dla zdrowia publicznego antybiotykooporność bakterii. Jak podkreślają organizacje ekologiczne, fermy przemysłowe to nie rolnictwo, lecz bardzo dochodowy przemysł.

Mieszkańcy terenów sąsiadujących z fermami przemysłowymi ponoszą społeczne, zdrowotne i środowiskowe koszty ferm, a ogromne zyski z takiej działalności trafiają do prywatnych kieszeni. Właściciele ferm mają pieniądze, prawników i wsparcie aparatu państwa. Owijają sobie wokół palca polityków, którzy przymykają oczy na cierpienie zwierząt, degradację środowiska i zagrożenia dla zdrowia okolicznych mieszkańców. Kuriozalne były propozycje objęcia odorów ochroną, podobnie jak składane przez Ministra Rolnictwa i Rozwoju Wsi Czesława Siekierskiego zapowiedzi kasacji wyroków niekorzystnych dla właścicieli ferm i zapewnienia im wsparcia prawnego. Potentaci produkcji mięsa i drobiu stawiający fermy z naruszeniem prawa za samowolę budowlaną dostają w Polsce mandaty w wysokości... 500 zł.

Zagrożenia, jakie stwarzają fermy przemysłowe, były przedmiotem współorganizowanej przez Inicjatywę „Nasz Rzecznik” debaty lokalnej w Wisznicach na Lubelszczyźnie w kwietniu 2024 roku. Kilukrotnie rozmawialiśmy o nich podczas spotkań z przedstawicielami Biura Rzecznika Praw Obywatelskich. O społecznych kosztach ferm mówi ekspertyza dr. Justyny Zwolińskiej z Koalicji Żywa Ziemia pt. „Fermy przemysłowe a dobra publiczne w rolnictwie i na obszarach wiejskich”, którą wspólnie wydaliśmy wiosną 2024 roku. Przedstawia je też Biała Księga Ofiar Sektora

Hodowlanego: „Smród, krew i łzy” – ekspercka publikacja autorstwa dr. Sylwii Spurek, która ukazała się w 2022 roku w ramach programu parlamentarnego „Wolni od Ferm”.

Czy 2026 rok może przynieść więcej niż nadzieje na zmiany?

Wiele zależy od determinacji, z jaką obrońcom i obrończyniom praw człowieka, zwierząt i środowiska nie raz udawało się pokonać silniejszych przeciwników. Łączmy siły i bądźmy zmianą, na jaką czekamy – w konsumenckich wyborach, domaganiu się naszych praw, przypominaniu o tym, czego nie da się kupić za żadne pieniądze.

Zamiast politycznych prezentów dla wpływowych trucieli, w Nowym Roku życzymy sobie zdrowych, chroniących nasze prawa regulacji, mądrych decyzji politycznych i odpowiedzialnych działań systemowych.

Z dedykacją dla Komisji Europejskiej, Parlamentu Europejskiego oraz Rządu i Parlamentu RP.

Anna Duniewicz – koordynatorka Inicjatywy „Nasz Rzecznik”, koalicji 166 organizacji społecznych, która współpracuje z Biurem Rzecznika Praw Obywatelskich. Stypendystka programu Changemakers for Democracy. Ukończyła filologię angielską na Uniwersytecie Łódzkim oraz studia podyplomowe na kierunkach stosunki międzynarodowe i dyplomacja (Collegium Civitas, PAN) i socjologia stosowana w zarządzaniu zasobami ludzkimi (UŁ).

OGRÓD TO PRZESTRZEŃ EDUKACJI ŻYWNOŚCIOWEJ I KLIMATYCZNEJ, KTÓRA KSZTAŁTUJE PRZYSZŁE POKOLENIA

Anna Chęć

Dolina Bawole Serce

Bezpieczna przyszłość to sieć utkana z wielu elementów, które muszą pozostawać w równowadze. Zdrowie ludzi, troska o klimat, bioróżnorodność, etyczne pozyskiwanie żywności, świadome ograniczanie konsumpcji, budowanie odporności społecznej czy dostęp do zasobów dla przyszłych pokoleń. Wszystkie wymagają od nas zmiany sposobu myślenia, a co za tym idzie – dają perspektywę możliwości zmiany sposobu życia. Czas zadać sobie kluczowe pytanie: jak polski system edukacji odpowiada na te potrzeby?

Żyjemy w czasie nakładających się kryzysów: klimatycznego, zdrowotnego oraz bioróżnorodności. Jednocześnie coraz więcej dzieci, ale także dorosłych, nie wie, skąd pochodzi żywność, jak powstaje ani jaki ma wpływ na ludzkie zdrowie i kondycję naszej planety. Jedzenie stało się produktem oderwanym od gleby, pracy ludzi i procesów przyrodniczych. Trudno świadomie wybierać to, czego się nie rozumie, a jeszcze trudniej docenić i szanować tani produkt, o którego pochodzeniu nie mamy pojęcia.

Potrzebna jest więc holistyczna, interdyscyplinarna, a jednocześnie prosta i podstawowa edukacja. Taka, która przeniesie ważne tematy, pozostające w sferze abstrakcji (jak zmiany klimatu czy ograniczenie bioróżnorodności), na doświadczenie, zrozumienie, wiedzę i budowanie postaw.

W tym kontekście kompetencje związane z żywnością, przyrodą i zasobami naturalnymi stają się równie fundamentalne, jak czytanie ze zrozumieniem czy podstawy matematyki.

Czego brakuje w edukacji formalnej?

Wiedza o żywności i jej uprawianiu pojawia się w szkołach fragmentarycznie, rozproszona między biologią, geografią czy edukacją wczesnoszkolną. Dominuje teoria, a brakuje doświadczenia. Uczniowie i uczennice coraz rzadziej mają bezpośredni kontakt z przyrodą, co pogłębia tzw. deficyt natury, przekładający się na gorszy dobrostan psychiczny, mniejsze poczucie sprawczości i słabsze rozumienie procesów ekologicznych.

Niepokoi także niedostateczna edukacja zdrowotna. Wraz ze wzrostem chorób dietozależnych rośnie potrzeba kształtowania świadomych wyborów żywieniowych już od najmłodszych lat. Tymczasem uczniowie rzadko analizują wpływ produkcji żywności na własne zdrowie, nie mówiąc już o łączeniu tematów takich jak żywność z tematyką zmian klimatu, dobrostanu zwierząt czy zasobów naturalnych (co pokazuje m.in. raport „Klimat na talerzu”¹).

Takie odcięcie produktu, jakim jest żywność, od jego pochodzenia, ekstremalne skrócenie łańcucha dostaw w świadomości społecznej do zabrania produktu z marketowej półki – ma swoje konsekwencje. Odbijają się one na zdrowiu, etyce produkcji żywności i wpływie całego procesu na kondycję naszej wspólnej i jedynej planety.

Szkoła uczy o świecie, ale fragmentarycznie, oddzielając poszczególne tematy od siebie. Dodatkowo uczy o świecie w teorii, a zbyt rzadko pozwala go realnie doświadczać.

Ogród jako odpowiedź na wyzwania współczesnej edukacji i rozwiązanie systemowe

Jednym z najbardziej naturalnych i jednocześnie systemowych rozwiązań, dających możliwość łączenia wielu obszarów edukacji, jest edukacja ogrodnicza, najlepiej realizowana w przyszkolnych ogrodach lub ogrodach edukacyjnych współpracujących ze szkołami.

Ogród może stać się „żywą pracownią”, w której spotykają się różne dziedziny wiedzy. To przestrzeń uczenia przez działanie: uczennice i uczniowie nie tylko poznają teorię, lecz także mają możliwość działania oraz jakże cennej obserwacji zachodzących w świecie naturalnych procesów.

¹ <https://bezpiecznazywnosc.org/2025/09/25/magazyn-bepieczna-zywnosc-nr-2/>

Uprawa jadalnych roślin, warzyw, owoców i ziół uczy rozumienia podstawowych cykli w przyrodzie. Pierwszym z nich jest uprawa roślin od samego początku, a więc od nasion – ich wysiewania, przez zrozumienie potrzeb roślin, procesów fotosyntezy, obiegu wody i energii słońca, po dalszą opiekę nad rośliną w kolejnych etapach rozwoju, a następnie zebranie plonów i – co bardzo ważne – umiejętne ich wykorzystanie. Takie doświadczenie zapada w pamięć, uczy cierpliwości i odpowiedzialności oraz pokazuje zależność między wysiłkiem włożonym w pracę a jej efektem. Ogrodnictwo łączy wiele obszarów edukacji. Pozwala zrozumieć cykle życia roślin, procesy zachodzące na Ziemi, istotność żywej, zdrowej gleby, rolę zapylaczy czy znaczenie ekosystemów. W naturalny sposób rozwija także podstawowe kompetencje poznawcze poprzez planowanie upraw, i społeczne – przez współpracę i podział odpowiedzialności.

Edukacja ogrodnicza wzmacnia także świadomość ekologiczną, buduje zdrowe nawyki żywieniowe i zmniejsza dystans do roślinnej, wartościowej diety. Dziecko, które samo wyhoduje warzywa, chętniej ich próbuje, lepiej rozumie sezonowość i rzadziej marnuje jedzenie. Uprawa ogrodu zmniejsza dystans do zdrowej, roślinnej żywności i otwiera przestrzeń do rozmów o nawykach żywieniowych.

Permakultura – edukacja współzależności, czyli kolejny krok do zrównoważonej przyszłości

Permakultura powstała z połączenia dwóch angielskich słów: „permanent” (trwały) i „culture” (kultura). Permakultura przedstawia wizję kultury ludzkiej rozwijającej się w harmonii ze środowiskiem naturalnym. Opiera się na trzech prostych zasadach: trosce o ziemię, trosce o ludzi oraz odpowiedzialnym dzieleniu się zasobami.

W edukacji oznacza przejście myślenia od fragmentarycznego, do systemowego – dostrzegania powiązań między klimatem, żywnością, zdrowiem i gospodarką. Uczy planowania długofalowego, odpowiedzialności za wspólne dobro oraz szacunku do ograniczonych zasobów planety. Daje także narzędzia i metody między innymi do zaprojektowania ogrodu.

Przyszkolne ogrody zaprojektowane w duchu permakultury mogą być jednocześnie małymi enklawami bioróżnorodności, z dzikimi kwiatami i tak zwanymi chwastami dla zapylaczy, jak i kompostownikiem oraz budowaniem pełnej mikroorganizmów gleby, ze zbiornikami na deszczówkę, wdrożeniem małej retencji wody. W ten sposób można uczyć troski o zasoby i szacunku do Ziemi – bez moralizowania, lecz przez doświadczenie.

Ogród szkolny nie jest dodatkiem. To infrastruktura edukacyjna przyszłości – szczególnie wtedy, gdy staje się przestrzenią uczenia współzależności.

Korzyści wykraczające poza edukację

Edukacja ogrodnicza i permakulturowa wzmacnia zdrowie fizyczne i psychiczne uczniów. Dlatego tak modna w ostatnim czasie staje się hortiterapia (ogrodoterapia), czyli metoda wykorzystująca kontakt z roślinami i pracę w ogrodzie do celów terapeutycznych – istnieje wiele badań pokazujących, jak redukuje stres, poprawia koncentrację i daje poczucie sprawczości, co może być szczególnie ważne dla młodych ludzi dorastających w świecie niepewności. W dzisiejszych czasach, gdy tak wiele dzieci i młodych osób cierpi w związku z różnymi zaburzeniami zdrowia psychicznego, w tym choruje na depresję, ma stany lękowe, cierpi na zaburzenia odżywiania i wiele innych, niewykorzystanie możliwości, jakie dają ogrody przyszkolne, wydaje się – łagodnie mówiąc – niewykorzystaniem szansy.

Ogrodnictwo rozwija także kompetencje przyszłości, takie jak współpracę, samowystarczalność, planowanie, elastyczność i zdolność rozwiązywania problemów. Buduje małe społeczności oraz odpowiedzialność konsumencką.

Ogród może integrować społeczność szkolną, łączyć uczniów w różnym wieku, grono pedagogiczne różnych profesji, rodziców i lokalnych partnerów. Staje się wspólnym projektem, który wzmacnia relacje i poczucie wpływu.

Z perspektywy społecznej zyskujemy więcej niż tylko nowe kompetencje uczennic i uczniów: poprawę zdrowia, większą odporność społeczną, silniejsze wspólnoty lokalne oraz pokolenie cechujące się wyższą odpowiedzialnością obywatelską. Wszystko to jest możliwe dzięki dobrze zaprojektowanej edukacji, która jest najtańszą profilaktyką zdrowotną i klimatyczną.

Miejsca, które już pokazują kierunek – dobre praktyki

Od blisko dwudziestu lat zajmuję się edukacją, a od dziesięciu – edukacją ogrodniczą i permakulturową. Prowadzę edukacyjny ogród permakulturowy o nazwie Dolina Bawole Serce, w którym łączę elementy pedagogiki, edukacji ogrodniczej oraz edukacji ekologicznej, w tym także omawiam zagadnienia dotyczące bioróżnorodności. Nasz ogród jest przestrzenią spotkania z przyrodą, zapomnianą wiedzą najprostszych umiejętności, ale też miejscem wytchnienia. Nasz

ogród jest świadectwem, że można uprawiać ekologicznie ogród, czerpać z niego zdrowe plony, jednocześnie dbając o świat – jego małe kawałki, które są pod naszą opieką.

„Ogrody dla Ziemi” – tak nazywa się nasza ogrodowa ścieżka edukacyjna, w ramach której edukujemy osoby w każdym wieku i pokazujemy, jak w ogrodowym mikroświecie można zadbać o ziemię, wodę i żywe istoty, a szerzej – o klimat. To przestrzeń doświadczania wszystkimi zmysłami. Miejsca, w których całe grupy potrafią zachwyć się dżdżownicami, bo zaczynają rozumieć, czym jest żywa gleba.

W takich przestrzeniach dzieci i dorośli mogą zobaczyć, jak rośnie bób, spróbować różnych odmian pomidorów, zrozumieć powiązania między pokrzywą, biedronką i mszycą, odkryć, jak krąży woda w przyrodzie. Setki grup dzieci, młodzieży i dorosłych, które odwiedziły nasz ogród, wychodzą z niego nie tylko z wiedzą, lecz także z poczuciem sprawczości i większym zrozumieniem procesów przyrodniczych. Z fascynacją obserwuję kolejne pokolenia ludzi, którzy nie wiedzą, że nasiona pomidora nie pochodzą ze sklepu, lecz właśnie z... pomidora – i wiem, że absolutnie nie jest to niczyja wina ani przejaw ignorancji. To efekt systemu edukacji, który w sposób systemowy zaniedbuje omawianie płaszczyzny podstawowych zależności między człowiekiem a żywnością.

Nieustająco słyszę od odwiedzających nas grup i osób indywidualnych o potrzebie takiej edukacji w placówkach. Dlatego kolejnym podjętym przeze mnie krokiem było przeprowadzenie pilotażowego projektu „Żywioty w ogrodzie – program edukacji ogrodniczej w szkołach i przedszkolach”. Jako Fundacja Świat w Naszych Rękach, we współpracy z Urzędem Miejskim w Bielsku-Białej oraz placówkami szkolnymi w siedmiu szkołach, stworzyliśmy wraz z dziećmi pierwsze grządki. To oczywiście mała namiastka tworzenia ogrodów w szkołach, ale konkretny pierwszy krok.

Szkoły i przedszkola z chęcią podejmują takie działania, a dzieci z wielkim zaangażowaniem wspólnie tworzą grządki. To także okazja do edukacji o właściwościach roślin, ochronie żywej gleby oraz ważna lekcja współpracy.

Każda inicjatywa związana z ogrodnictwem i permakulturą spotyka się z ogromnym odzewem. Szkoły chcą tworzyć ogródki na terenach przylegających do placówek lub w bliskiej odległości – potrzebują jednak wsparcia.

W Polsce działają liczne organizacje pozarządowe zajmujące się takimi działaniami. Potrzebujemy jednak, aby ten kierunek edukacji nie był zależny od dobrych chęci i poświęcenia prywatnego czasu pojedynczych nauczycieli lub trudu organizacji pozarządowych, które swoją misją i zaangażowaniem łatają wszystkie niedobory.

Potrzebujemy zmian systemowych

Niniejszy tekst jest apelem o włączenie edukacji ogrodniczej i permakulturowej do podstawy programowej – nie jako fakultetu, lecz jako elementu edukacji zdrowotnej i przyrodniczej.

Potrzebna jest edukacja nauczycielek i nauczycieli, liderów i liderek grup młodzieży, aby osoby te czuły się kompetentne w prowadzeniu takich działań. Niezbędne są środki na organizację ogrodów i zakup narzędzi. Ale nade wszystko potrzebujemy dobrego programu wspierającego zakładanie ogrodów. Nie chodzi przecież o kupienie kilku plastikowych pojemników i zasadzenie gotowej rośliny (choć oczywiście w takim działaniu nie ma nic złego). Potrzebny jest jednak prawdziwy program, opracowany przez interdyscyplinarne grono osób zajmujących się edukacją, ogrodnictwem, edukacją ekologiczną, bioróżnorodnością i etyką.

Kluczowe jest przygotowanie kadry pedagogicznej, bo nawet najlepsza przestrzeń nie spełni swej roli bez kompetentnych przewodników. Równie ważne pozostają partnerstwa lokalne, współpraca szkół z samorządami, organizacjami społecznymi i ogrodami edukacyjnymi.

Działające już inicjatywy udowadniają, że nie zaczynamy od zera. Potrzebujemy raczej odwagi do skalowania sprawdzonych rozwiązań i wdrażania holistycznych działań.

Należy także pamiętać, że nie każda szkoła ma możliwość zorganizowania ogrodu na własnym terenie. W związku z tym powstaje potrzeba modelowych ogrodów edukacyjnych, które mogłyby nie tylko gościć i organizować zajęcia dla szkół, lecz także prezentować, jak taki ogród może być urządzony, jakie są jego podstawowe elementy. Edukacja ogrodnicza powinna być postrzegana szerzej: jako element polityki zdrowotnej, narzędzie adaptacji do zmian klimatu oraz sposób budowania bezpieczeństwa żywnościowego.

Szkoła przyszłości nie może być oderwana od wyzwań współczesnego świata. Inwestycja w edukację ogrodniczą i permakulturową jest inwestycją w zdrowie publiczne, odporność społeczną i bardziej świadome społeczeństwo.

Droga do bezpiecznej przyszłości może zaczynać się bardzo blisko – od jednej szkolnej grządki zaprojektowanej tak, by uczyła troski o ziemię, ludzi, zwierzęta i przyszłe pokolenia.

Anna Chęć – aktywistka, edukatorka, pedagożka i ogrodniczka. Prowadzi permakulturowy ogród edukacyjny „Dolina Bawole Serce” oraz Fundację Świat w Naszych Rękach, działając na rzecz ekologii, praw zwierząt i świadomej konsumpcji. Współtworzy Federację Bezpieczna Żywność. Członkini Sieci Obywatelskiej Watchdog Polska oraz wiceprzewodnicząca Rady ds. Opieki nad Zwierzętami w Bielsku-Białej. Pod szyldem „Działaj z Chęcią” zajmuje się edukacją nieformalną.

**EDUKACJA OGRODNICZA
WZMACNIA ŚWIADOMOŚĆ
EKOLOGICZNA, BUDUJE
ZDROWE NAWYKI
ŻYWIENIOWE
I ZMNIJSZA DYSTANS
DO ROŚLINNEJ,
WARTOŚCIOWEJ DIETY.
DZIECKO, KTÓRE SAMO
WYHODUJE WARZYWA,
CHĘTNIEJ ICH PRÓBUJE, LEPIEJ
ROZUMIE SEZONOWOŚĆ
I RZADZIEJ MARNUJE JEDZENIE.**

ANNA CHĘĆ



Dla sprawiedliwej transformacji żywności



Zostań sygnatariuszem/ką
Karty Bezpieczna Żywność!

ŚWIADOMOŚĆ KLIMATYCZNA I OSZCZĘDNOŚĆ – ARGUMENTY ZA CATERINGIEM ROŚLINNYM

Billy Nicholles i Chris Bryant

Bryant Research¹

Zmiana klimatu stanowi zagrożenie dla wielu aspektów istnienia społeczeństw. Sekretarz Generalny Narodów Zjednoczonych, Antonio Guterres, wezwał do „działania na rzecz klimatu na wszystkich frontach – we wszystkim, wszędzie i od razu”². Nasze systemy żywienia – odpowiadające za mniej więcej jedną trzecią całej emisji gazów cieplarnianych (GHG) – istotnie przyczyniają się do kryzysu klimatycznego. W tej ilości udział rolniczej produkcji zwierzęcej jest nieproporcjonalnie wielki w całkowitych emisjach gazów cieplarnianych, natomiast wpływ żywności pochodzenia roślinnego jest znacznie mniejszy. Istnieje więc wyraźna i pilna potrzeba sprawiedliwego i zrównoważonego przejścia na usługi cateringu instytucjonalnego opartego na żywności roślinnej. Na uniwersytetach jako instytucjach, które od początku uwidoczniają i wyjaśniają zagrożenia związane z gwałtownymi zmianami klimatycznymi, jak również strzegą losu przyszłych pokoleń, słusznie spoczywa odpowiedzialność przewodniczenia w tych przemianach.

Niniejszy raport przedstawia finansowy i środowiskowy wpływ przejścia na catering oparty na żywności pochodzenia roślinnego na uczelniach wyższych. Zawiera dane dotyczące wpływu na środowisko, cen hurtowych oraz rozmiarów porcji 140 różnych składników, które posłużyły do oszacowania śladu środowiskowego i kosztów przygotowania posiłków w różnych wariantach serwowanych na uniwersytetach: mięsnych, wegetariańskich oraz wegańskich.

¹ Bryant Research to brytyjska firma badawcza specjalizująca się w analizie alternatywnych źródeł białka oraz kwestii związanych ze zrównoważonym rozwojem. Jej raporty są wysoko cenione i powszechnie wykorzystywane w branżowych analizach. Dzięki rzetelnym badaniom firma wspiera rozwój bardziej efektywnych i przyjaznych środowisku systemów żywnościowych. Autorami raportu „Świadomość klimatyczna i oszczędność – argumenty za cateringiem roślinnym” są Billy Nicholles, ekspert w dziedzinie białek alternatywnych i dr Chris Bryant, analityk polityczny.

² United Nations, *Intergovernmental panel report press release*, 20.03.2023, <https://press.un.org/en/2023/sgsm21730.doc.htm>

Główne ustalenia:

1. Przejście na żywność pochodzenia roślinnego może być finansowo korzystne dla uniwersytetów, a wręcz pozwalać na wprowadzenie oszczędności – ze względu na fakt, że **posiłki wegańskie są w przybliżeniu o 30% tańsze od mięsnych oraz o 21% tańsze od wegetariańskich.**
2. Posiłki sporządzone z żywności pochodzenia roślinnego w znaczący sposób zmniejszają wpływ cateringu uniwersyteckiego na środowisko. **Posiłki wegańskie przeciętnie emitują 84% mniej CO₂e_q (ang. *carbon dioxide equivalent*³) od posiłków mięsnych, korzystają również z jednej dziesiątej powierzchni gruntu koniecznej do produkcji mięsnej.**
3. Średniej wielkości uczelnia, edukująca około 10 000 studentów i studentek, mogłaby rocznie zaoszczędzić £ 500,000 (€ 600,000 / \$ 650,000) na przejściu na posiłki w 100% wegańskie.

1. Kontekst

Systematycznie wzrasta naukowy konsensus odnośnie do pilnej potrzeby systemowego odejścia od spożycia produktów zwierzęcych w kierunku diety roślinnej. Powody przemawiające za tym są liczne i niecierpiące zwłoki.

Przemysłowa hodowla zwierząt jest istotnym, a jednocześnie pomijanym elementem kryzysu klimatycznego. Systemy żywnościowe składają się na około 34% wszystkich emisji gazów cieplarnianych, przy czym na sektor hodowli zwierzęcej przypada nieproporcjonalnie wielki udział w tym poziomie emisji – 71%–80%⁴. Oznacza to, że przemysłowa hodowla zwierząt odpowiada za mniej więcej 24%–27% całej emisji GHG. Wytwarzanie produktów zwierzęcych wymaga również wykorzystania znacznych ilości gruntu, to zaś jest główną przyczyną wylesiania: ogółem 80% wszystkich gruntów rolnych wykorzystywane jest na produkcję mięsa oraz nabiału⁵. W porównaniu: żywność pochodzenia roślinnego wywiera znacząco mniejszy wpływ na środowisko⁶.

³ To jednostka używana do wyrażania całkowitego efektu cieplarnianego różnych gazów (np. metanu, podtlenku azotu) w przeliczeniu na ilość dwutlenku węgla, która miałaby taki sam wpływ na globalne ocieplenie w określonym czasie (zwykle 100 lat).

⁴ S.V. Feigin, D.O. Wiebers, G. Lueddeke, S. Morand, K. Lee, A. Knight, M. Brainin, V.L. Feigin, A. Whitfort, J. Marcum, T.K. Shackelford, L.F. Skerratt, A.S. Winkler, *Proposed solutions to anthropogenic climate change: A systematic literature review and a new way forward*, "Heliyon" 2023/9(10).

⁵ Our World In Data, *If the world adopted a plant-based diet, we would reduce global agricultural land use from 4 to 1 billion hectares*, 4.03.2021, <https://ourworldindata.org/land-use-diets>

⁶ M.A. Clark, M. Springmann, J. Hill, D. Tilman, *Multiple health and environmental impacts of foods*, "Proceedings of the National Academy of Sciences" 2019/116(46); F. Errickson, K. Kuruc, J. McFadden, *Animal-based foods have high social and climate costs*, "Nature Food" 2021/2(4), s. 274–281; J. Poore, T. Nemecek, *Reducing food's environmental impacts through producers and consumers*, "Science" 2018/360(6392), s. 987–992.

W efekcie odejście od hodowli zwierząt w kierunku alternatywnych rozwiązań stanowi jedną z najbardziej skutecznych i jednocześnie pomijanych dostępnych strategii ograniczania zmian klimatycznych⁷.

Kwestie zdrowia publicznego, takie jak ryzyko pandemii, oporność na antybiotyki oraz choroby cywilizacyjne – również są powiązane ze spożyciem produktów odzwierzęcych. Niektóre produkty pochodzenia zwierzęcego – szczególnie przetworzone mięso czerwone – powiązane są z ryzykiem powszechnych, uciążliwych chorób przewlekłych, między innymi cukrzycy i chorób układu krążenia, jak również nowotworów⁸. Przetworzone mięso klasyfikowane jest obecnie przez WHO jako karcynogen grupy 1, tak samo jak tytoń⁹.

Wprowadzenie diety opartej na produktach roślinnych w systemach zaopatrzenia gastronomicznego w sektorze publicznym może przyspieszyć ogólne przyjęcie diety roślinnej i ograniczyć szkody związane z hodowlą zwierząt. Systemy cateringu oparte na roślinach zmniejszają presję na pojedyncze osoby, przenosząc odpowiedzialność za zmianę na całe otoczenie, w którym najbardziej korzystne i zrównoważone opcje są łatwo dostępne.

Nawet bardzo proste zmiany mogą przynieść bardzo pozytywne rezultaty. Badania przeprowadzone przez Sodexo – jednego z największych światowych dostawców usług gastronomicznych – wykazały, że wprowadzenie opcji roślinnych jako posiłków podstawowych w stołówkach uniwersyteckich wystarczy, by zwiększyć liczbę studentów i studentek wybierających takie posiłki o 51 punktów procentowych. Co więcej, studentki i studenci częściej deklarowali zadowolenie z posiłków, gdy danie główne było oparte na produktach roślinnych. Sugeruje to, że taka prosta zmiana może zwiększyć zadowolenie z posiłków roślinnych i uczynić żywienie oparte na produktach roślinnych normą również poza stołówkami uniwersyteckimi.

Inne instytucje już odnoszą sukcesy w przechodzeniu na systemy zaopatrzenia gastronomicznego oparte na produktach roślinnych. New York City Health + Hospitals, największy miejski system świadczenia opieki zdrowotnej w Stanach Zjednoczonych, serwuje posiłki roślinne jako opcję podstawową w 11 szpitalach publicznych w Nowym Jorku. W 2024 roku deklarował on osiągnięcie zmniejszenia emisji związanych z żywnością o 36%, odnotował również oszczędności na poziomie około 59 centów na każdym posiłku oraz osiągnięcie zadowolenia pacjentów na poziomie przekraczającym 90%¹⁰.

⁷ S.V. Feigin [et al.], *Proposed solutions...*

⁸ V. Bouvard, D. Loomis, K.Z. Guyton, Y. Grosse, F. El Ghissassi, L. Benbrahim-Tallaa, N. Guha, H. Mattock, K. Straif, *Carcinogenicity of consumption of red and processed meat*, "The Lancet Oncology" 2015/16(16), s. 1599–1600; H.C.J. Godfray, P. Aveyard, T. Garnett, J.W. Hall, T.J. Key, J. Lommer, R.T. Pierrehumbert, P. Scarborough, M. Springmann, S.A. Jebb, *Meat consumption, health, and the environment*, "Science" 2018/361(6399); A.A. Musicus, D.D. Wang, M. Janiszewski, G. Eshel, S.A. Blondin, W. Willett, M.J. Stampfer, *Health and environmental impacts of plant-rich dietary patterns: a US prospective cohort study*, "The Lancet Planetary Health" 2022/6(11).

⁹ World Health Organisation, *Cancer: Carcinogenicity of the consumption of red meat and processed meat*, 26.10.2015, <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/cancer-carcinogenicity-of-the-consumption-of-red-meat-and-processed-meat>

¹⁰ S. Morgenstern, M. Redwood, A. Herby, *An Innovative Program for Hospital Nutrition*, "American Journal of Lifestyle Medicine" 2024.

Zarówno w badaniach, jak i w praktyce oparty na roślinach system zaopatrzenia gastronomicznego okazuje się niedrogim, a przy tym efektywnym sposobem na ograniczenie emisji związanych z żywnością (wśród innych korzyści), bez podnoszenia kosztów cateringu i zmniejszenia satysfakcji konsumentów i konsumentek. Oparty na produktach roślinnych catering w sektorze publicznym może przynieść efekt w postaci **obniżenia** kosztów żywienia przy **wzroście** zadowolenia klientów i klientek.

Dlatego właśnie potrzeba przejścia na oparty na roślinach system zaopatrzenia gastronomicznego na uniwersytetach jest pilna. Wszelkie zmiany muszą następować etapami, więc podjęcie kroków tymczasowych, takich jak wprowadzenie roślinnych posiłków jako opcji podstawowej, jest stosowne i konieczne. Niniejszy raport modeluje kilka możliwych scenariuszy redukcji ilości produktów odzwierzęcych w cateringach uniwersyteckich wraz ze skutkami finansowymi i środowiskowymi.

Niniejszy raport ocenia skutki przejścia uniwersytetów na zaopatrzenie gastronomiczne oparte w 100% na produktach roślinnych. Wykorzystuje modelowanie finansowe oraz środowiskowe, by oszacować koszt pojedynczego posiłku, emisję CO₂e_q oraz zużycie wody i powierzchni gruntów. Ocenia również wpływ licznych scenariuszy zmniejszenia spożycia produktów odzwierzęcych aż po uzyskanie cateringu w 100% opartego na produktach roślinnych na uczelniach wyższych (małych, średnich oraz dużych). Nasze wyniki dowodzą, że przejście na zaopatrzenie gastronomiczne oparte w 100% na produktach roślinnych umożliwi dostawcom cateringu znaczne zmniejszenie śladu środowiskowego, bez wzrostu kosztów zaopatrzenia, co pokrywa się z poprzednimi badaniami oraz studiami przypadków.

2. Metodologia

Modele wraz z ich ustaleniami, elementami interaktywnymi, obliczeniami i wykresami znajdziesz tutaj



Dla uproszczenia warto dodać, że konstruując ten model, korzystaliśmy głównie z danych charakterystycznych dla Wielkiej Brytanii. Na przykład wykorzystaliśmy bazę danych brytyjskiego hurtownika w celu oszacowania kosztów pozyskania żywności, a także dane pochodzące z brytyjskich uniwersytetów, by oszacować wpływ różnych scenariuszy ograniczenia spożycia produktów odzwierzęcych na finanse i środowisko. Wnioski przedstawione w tym raporcie mają jednak zastosowanie w innych krajach. Koszty pozyskania żywności w Wielkiej Brytanii nie różnią się zbytnio od

kosztów w krajach Europy kontynentalnej, a dane środowiskowe wykorzystane w modelu oparte są na globalnych średnich, nie na wartościach właściwych dla Wielkiej Brytanii.

Niektóre zmienne w modelu można dostosować tak, by czytelnicy i czytelniczki mogli dopasować model do specyfiki swoich uczelni. Ze wszystkich powyższych powodów dane finansowe podane zostały zarówno w euro, jak i w dolarach USA.

2.1. Model finansowy

Aby modelować wpływ finansowy przejścia na catering oparty na produktach roślinnych, oszacowaliśmy koszty produktów żywnościowych znajdujących się w typowym uniwersyteckim menu, obejmującym potrawy mięsne, wegetariańskie oraz wegańskie. W tym celu przeanalizowaliśmy 45 posiłków z uniwersyteckiej karty dań pod kątem kosztu za kilogram oraz wykorzystanej ilości każdego ze składników wszystkich posiłków. Pozwoliło nam to na obliczenie kosztów porcji każdego ze składników, a następnie całkowitego kosztu danego posiłku. Kolejno obliczyliśmy przeciętny koszt dania mięsnego, wegetariańskiego oraz wegańskiego. Szczegółowy opis metodologii znajduje się w Załączniku C1.

2.2. Model środowiskowy

Aby modelować wpływ środowiskowy zaopatrzenia gastronomicznego opartego na potrawach mięsnych, wegetariańskich i wegańskich, obliczyliśmy wpływ środowiskowy (emisje CO₂eq, zużycie wody oraz wykorzystanie powierzchni gruntów) przypadający na kilogram każdego składnika, korzystając z danych Poore & Nemecek (2018). Wyniki pomnożono następnie przez wymiary danej porcji jedzenia, by obliczyć wpływ środowiskowy przypadający na każdy ze składników pojedynczej porcji posiłku. Pozwoliło nam to skalkulować wpływ środowiskowy (emitowany ekwiwalent dwutlenku węgla w kilogramach, wykorzystanie wody w litrach oraz zużycie gruntów w metrach kwadratowych) każdego posiłku. Następnie obliczono przeciętny ślad środowiskowy posiłku mięsnego, wegetariańskiego i wegańskiego. Szczegółowy opis metodologii znajduje się w Załączniku C2.

2.3. Model kroków przejściowych

Na podstawie różnicy między obecnym modelem żywienia a scenariuszem w 100% opartym na produktach roślinnych oszacowaliśmy skutki częściowego przejścia na dietę roślinną, odpowiadającego osiągnięciu 30% (wdrożenie opcji roślinnej jako domyślnej), 50% oraz 70% całkowitego możliwego efektu tej zmiany, przy założeniu liniowego wpływu ograniczania spożycia produktów odzwierzęcych.

Model ten nie miał na celu precyzyjnego przewidzenia wszystkich kosztów żywności u dostawców zaopatrzenia gastronomicznego na uniwersytetach. Warunki cateringu są bardzo zróżnicowane, a poszczególne uczelnie wyższe biorą pod uwagę wewnętrzne czynniki własne. Zamiast tego zadaniem modelu było oszacowanie oszczędności w wartościach bezwzględnych dla uczelni wyższych małego, średniego i dużego rozmiaru. Niektóre ze zmiennych modelu są interaktywne i umożliwiają czytelnikom i czytelniczkom dostosowanie założeń modelu do warunków konkretnego uniwersytetu. Szczegółowy opis metodologii znajduje się w Załączniku C3.

3. Wyniki

3.1. Koszt żywności

Przeciętny koszt produktów żywnościowych zapewnianych przez dostawców cateringu został obliczony w oparciu o przykładowe karty dań z okresu trzech tygodni, obejmujące jeden posiłek mięsny, jeden wegetariański i jeden wegański każdego dnia, czyli w sumie 45 potraw, po 15 z każdego rodzaju.

Koszty posiłków wahały się od 4,66 £ (5,33 € / 6,11 \$) za jeden posiłek mięsny (wołową lazanię z chlebem serowo-czosnkowym, frytkami i surówką) do 1,44 £ (1,71 € / 1,88 \$) za posiłek wegański (roślinnego burgera z chlebowca z kiszoną kapustą i łódeczkami ziemniaczanymi).

Koszty żywności do przygotowania potraw wegańskich są znacznie niższe od kosztu posiłków wegetariańskich i mięsnych.



Il. 1: Przeciętna cena dania mięsnego, wegetariańskiego i wegańskiego

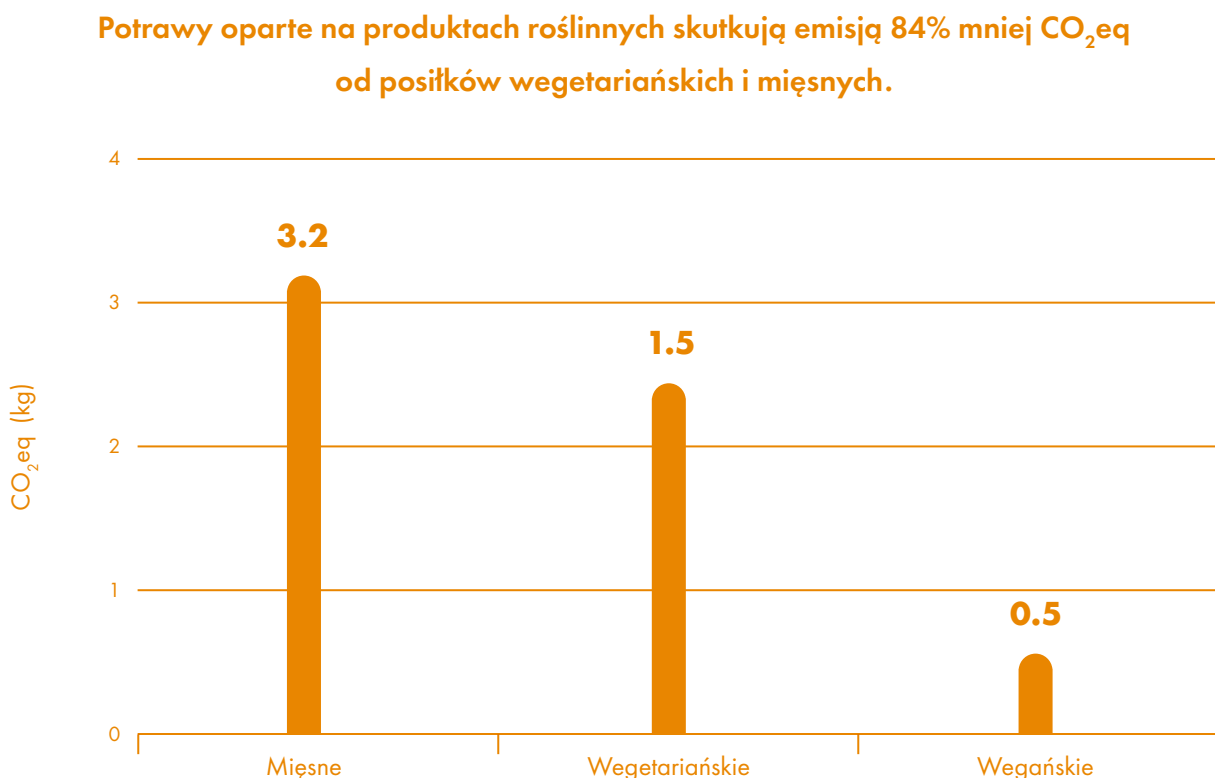
Przeciętnie dania mięsne były najdroższe. Na drugim miejscu plasowały się potrawy wegetariańskie, średnio tańsze o 11,52%. Posiłki wegańskie były przeważnie tańsze o prawie jedną trzecią od mięsnych – 30,42%, a także o 21,37% tańsze od wegetariańskich. Wszystkie dania wraz z głównymi składnikami, kosztem żywności oraz wpływem na środowisko można znaleźć w załącznikach.

3.2. Wpływ środowiskowy

Dla tego samego przykładowego trzytygodniowego menu obliczono przeciętny wpływ środowiskowy (emisje CO₂eq, zużycie wody oraz powierzchni gruntu) wywierany przez wszystkie 45 posiłków (po 15 z każdego rodzaju). Wszystkie miary wpływu na środowisko wykazały ewidentną i stałą prawidłowość: posiłki wegańskie wypadły lepiej w porównaniu z daniami mięsnymi i wegetariańskimi, a często znacząco lepiej.

3.2.1. Emisje CO₂eq

Emisje CO₂eq wahały się od 11,4 kg CO₂eq na jeden posiłek mięsny (wołową łazanię z chlebem serowo-czosnkowym, frytkami i surówką) do 0,5kg CO₂eq na jeden posiłek wegański (w przypadku kebaba z boczniaków z marynowanymi cebulkami i papryczkami chili oraz frytkami).



Il. 2: Przeciętna emisja CO₂eq (w kg) dania mięsnego, wegetariańskiego i wegańskiego

Mięsne potrawy wykazywały znacznie wyższy ślad węglowy (3,2 kg CO₂eq na posiłek) od wegetariańskich (1,5 kg na posiłek) oraz wegańskich (0,5 kg na posiłek).

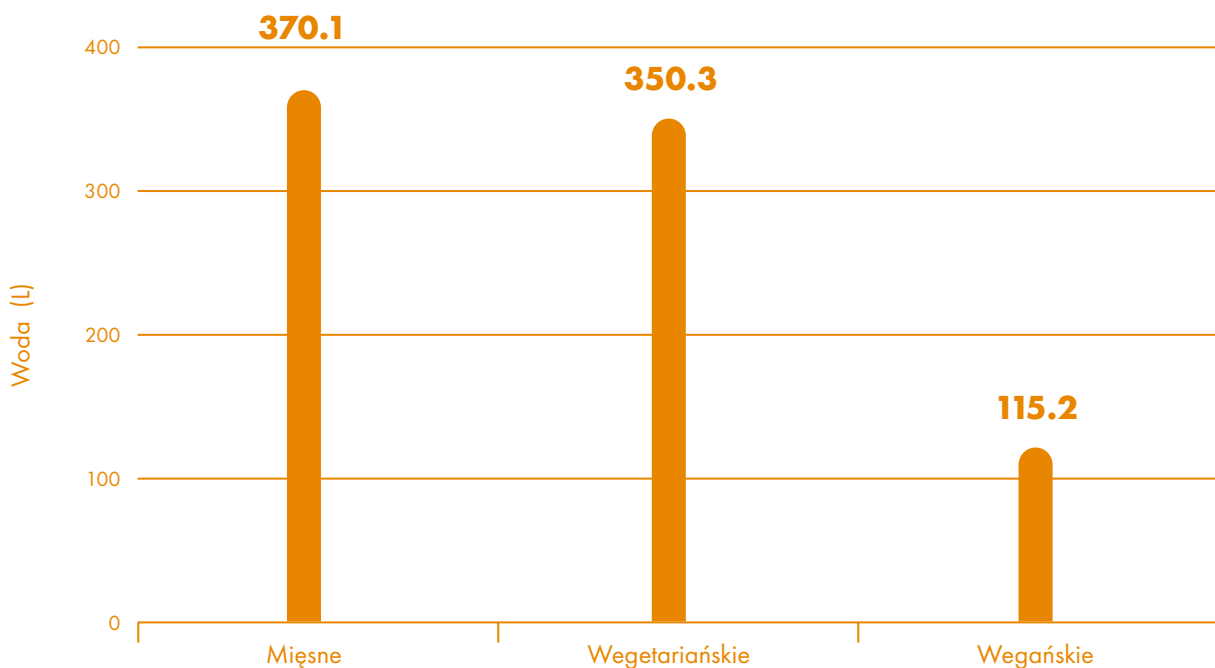
Dania roślinne emitują średnio o 84% mniej CO₂eq w porównaniu z mięsnymi. Co więcej, przeciętny posiłek wegetariański wciąż emituje trzy razy więcej CO₂eq od przeciętnego posiłku wegańskiego. W żadnym przypadku emisja CO₂eq posiłku wegańskiego nie przekroczyła wartości osiągniętej przez posiłek wegetariański lub mięsny.

3.2.2. Zużycie wody

Zużycie wody na jeden posiłek wahało się od 663,9 litra (w przypadku pizzy z mięsem i zestawem sałatek) do 66,5 litrów (dla makaronu ramen z tofu i warzywami oraz sałatką z kimchi).

Raz jeszcze posiłki mięsne wiązały się z najwyższym przeciętnym zużyciem wody na poziomie 70,1 litra na posiłek. Przeciętny posiłek wegański wymagał zużycia 69% mniej wody, natomiast średnie jej zużycie do wytworzenia posiłków wegetariańskich (350,3 litrów na posiłek) było zaledwie 5% mniejsze niż w przypadku posiłków mięsnych.

Potrawy oparte na produktach wegańskich wymagają zużycia znacznie mniejszej ilości wody od posiłków wegetariańskich i mięsnych.



Il. 3: Przeciętne zużycie wody (wyrażone w litrach) na produkcję dania mięsnego, wegetariańskiego i wegańskiego

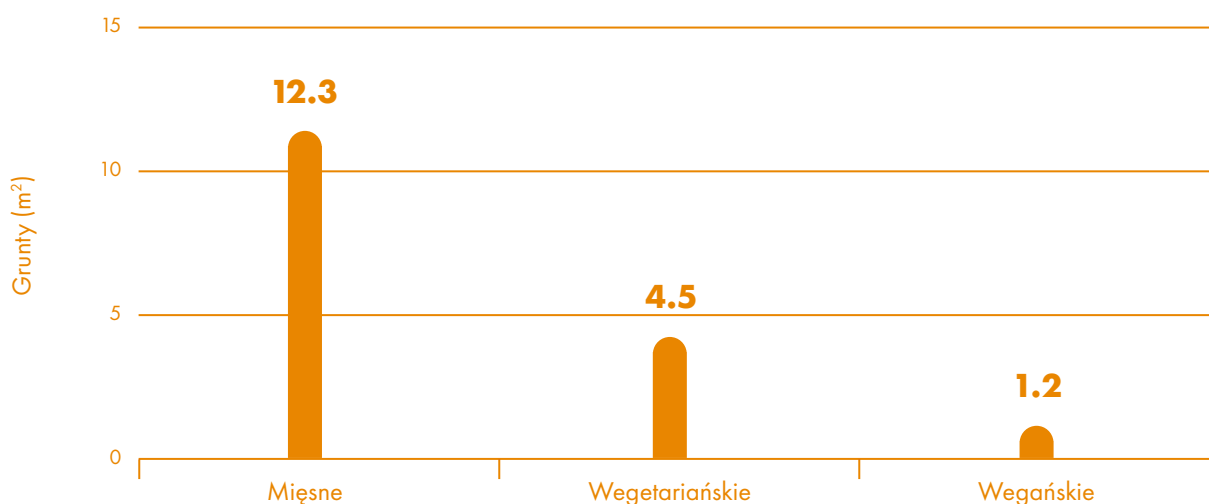
Wynika to z faktu, że wytworzenie produktów mlecznych, a szczególnie serów, wymaga wyjątkowo dużych ilości wody. Dlatego przeciętnie jedynie posiłki oparte na produktach roślinnych umożliwiają znaczące zmniejszenie zużycia wody.

3.2.3. Wykorzystanie powierzchni gruntu

Wykorzystanie powierzchni gruntu przypadające na jeden posiłek wahało się od 36 m² (dla wołowej lazanii z chlebem serowo-czosnkowym, frytkami i surówką) do 0,5 m² w przypadku grzybowego risotto z wegańskim serem i surówką.

Wykorzystanie powierzchni gruntu stanowi największą rozbieżność we wpływie na środowisko pomiędzy posiłkami mięsnymi a roślinnymi. Podczas gdy średnia powierzchnia gruntu potrzebna do wytworzenia posiłku mięsnego to 12,3 m², średnią dla posiłków wegańskich było zaledwie 1,2 m². Produkcja posiłku opartego wyłącznie na produktach roślinnych wymaga również wykorzystania obszaru gruntu mniejszego o przeciętnie 73% niż w przypadku posiłku wegetariańskiego.

Potrawy oparte na produktach mięsnych wymagają wykorzystania 10 razy większej powierzchni gruntu od posiłków opartych na produktach wyłącznie roślinnych.



Il. 4: Przeciętne wykorzystanie powierzchni gruntu (m²) do produkcji dania mięsnego, wegetariańskiego i wegańskiego

3.3. Etapy przejściowe

3.3.1. Tabele redukcji kosztów żywności oraz wpływu środowiskowego

Tabela poniżej ukazuje całkowity koszt wytworzenia żywności, emisje CO₂eq oraz wykorzystanie wody i powierzchni gruntu w przypadku uczelni wyższych różnego rozmiaru – małych (5000 studentów i studentek), średnich (10 000 studentów i studentek) oraz dużych (25 000 studentów i studentek), przy założeniu pięciu różnych scenariuszy, zmierzających ostatecznie do uzyskania zaopatrzenia gastronomicznego w 100% opartego na produktach pochodzenia roślinnego. We wszystkich scenariuszach wraz ze zmniejszeniem konsumpcji produktów odzwierzęcych i zastąpieniem ich posiłkami roślinnymi zarówno koszty pozyskania żywności, jak i wpływ na środowisko maleją.

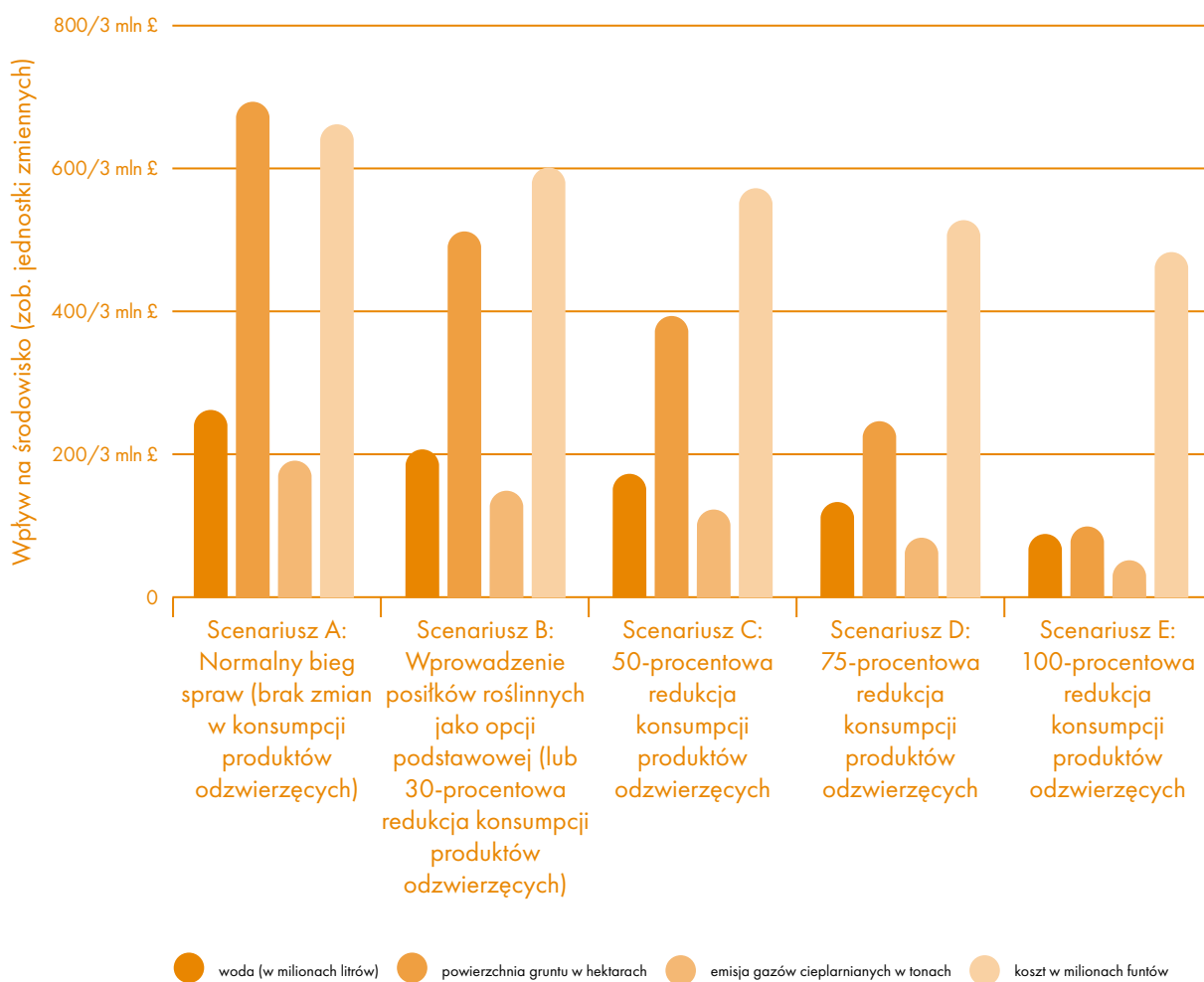
		Scenariusz A (Normalny bieg spraw)	Scenariusz B (Posiłki roślinne opcją podstawową, 30-procentowa redukcja)	Scenariusz C (50-procentowa redukcja)	Scenariusz D (75-procentowa redukcja)	Scenariusz E (100-procentowa redukcja)
Mała uczelnia	Koszt żywności (£)	1 025 085 £	941 261 10 £	885 378 21 £	815 524,60 £	745 671,00 £
	Emisje CO ₂ eq (kg)	919 552	701 505	556 140	374 435	192 729
	Zużycie wody (l)	125 199 875	99 935 045	83 091 825	62 037 800	40 983 775
	Wykorzystanie gruntów (m ²)	3 409 497	2 519 768	1 926 616	1 185 175	443 734
Średnia uczelnia	Koszt żywności (£ na rok)	2 050 171 £	1 882 522,19 £	1 770 756,42 £	1 631 049,21 £	1 491 341,99 £
	(10 000 studentów)	1 839 103	1 403 010	1 112 281	748 870	385 459
	Zużycie wody (l na rok)	250 399 751	199 870 091	166 183 650	124 075 600	81 967 550
	Wykorzystanie gruntów (m ² na rok)	6 818 995	5 039 537	3 853 231	2 370 350	887 468
Duża uczelnia	Koszt żywności (£ na rok)	5 125 427 £	4 706 305,48 £	4 426 891,05 £	4 077 623,02 £	3 728 354,98 £
	(25 000 studentów)	4 597 758	3 507 525	2 780 702	1 872 175	963 647
	Zużycie wody (l na rok)	625 999 377	499 675 226	415 459 126	310 189 000	204 918 875
	Wykorzystanie gruntów (m ² na rok)	17 047 487	12 598 842	9 633 079	5 925 874	2 218 670

Spodziewane zmniejszenie kosztu żywności i wpływu na środowisko na małych, średnich i dużych uniwersytetach przy stopniowym wprowadzaniu cateringu roślinnego aż do osiągnięcia żywienia w 100% wegańskiego

3.3.4. Wykresy ilustrujące zmniejszenie kosztów żywności i wpływu na środowisko

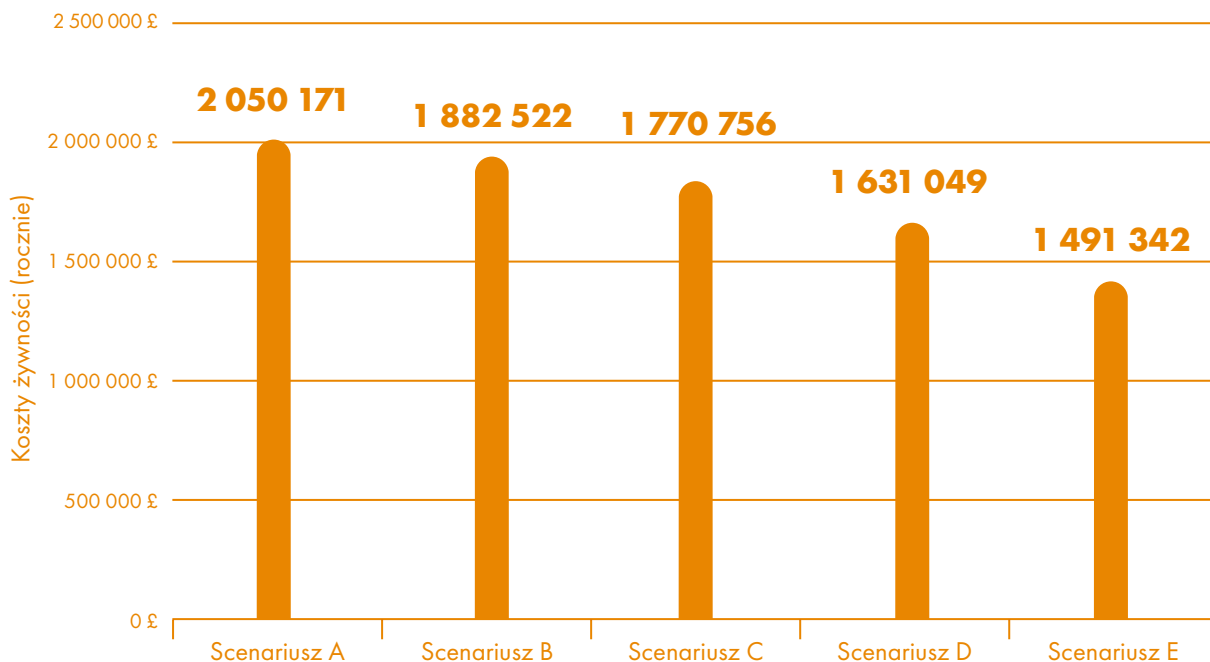
Poniższe wykresy ukazują zmniejszenie kosztów żywności i wpływu na środowisko na uczelni średniej wielkości. Redukcja ta jest proporcjonalnie taka sama dla małych i dużych uniwersytetów.

Scenariusze zakładające większy udział produktów roślinnych wymagały zużycia mniejszej ilości wody i powierzchni gruntów, skutkowały mniejszą emisją gazów cieplarnianych oraz wymagały mniejszych nakładów finansowych.



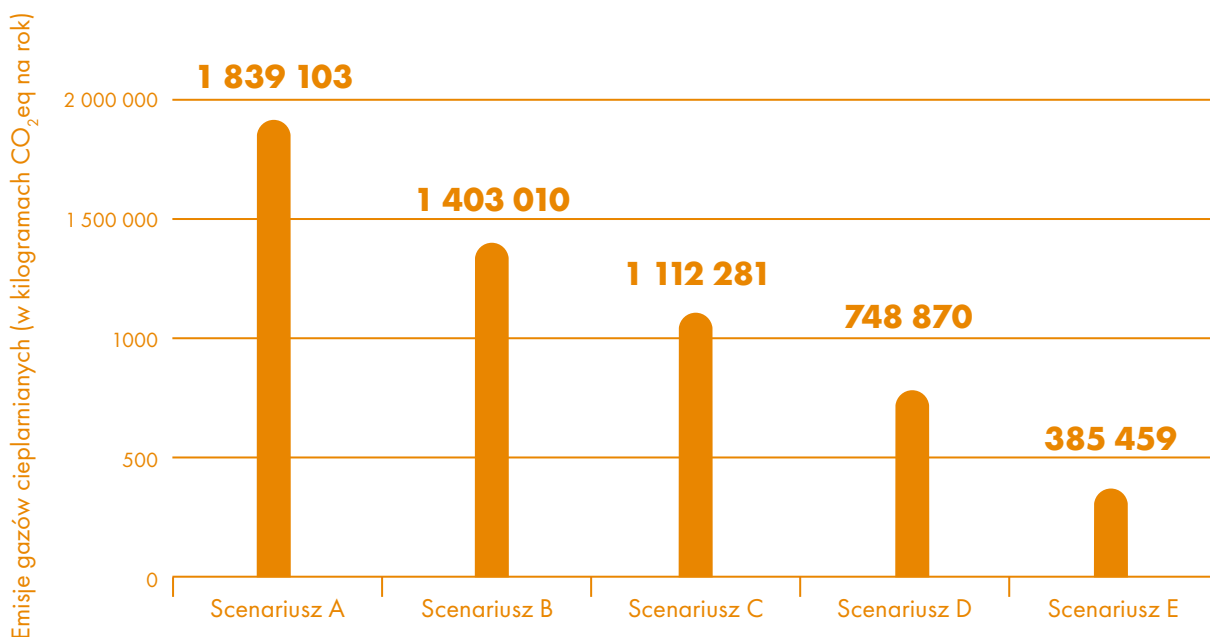
Il. 5: Wpływ finansowy i środowiskowy cateringu uniwersyteckiego przy zastosowaniu 5 scenariuszy zmierzających w kierunku zaopatrzenia gastronomicznego w 100% opartego na produktach roślinnych

Uczelnie średniej wielkości (10 000 studentów i studentek) mogły rocznie zaoszczędzić ponad 500 000 £, przechodząc na catering oparty w 100% na produktach roślinnych.



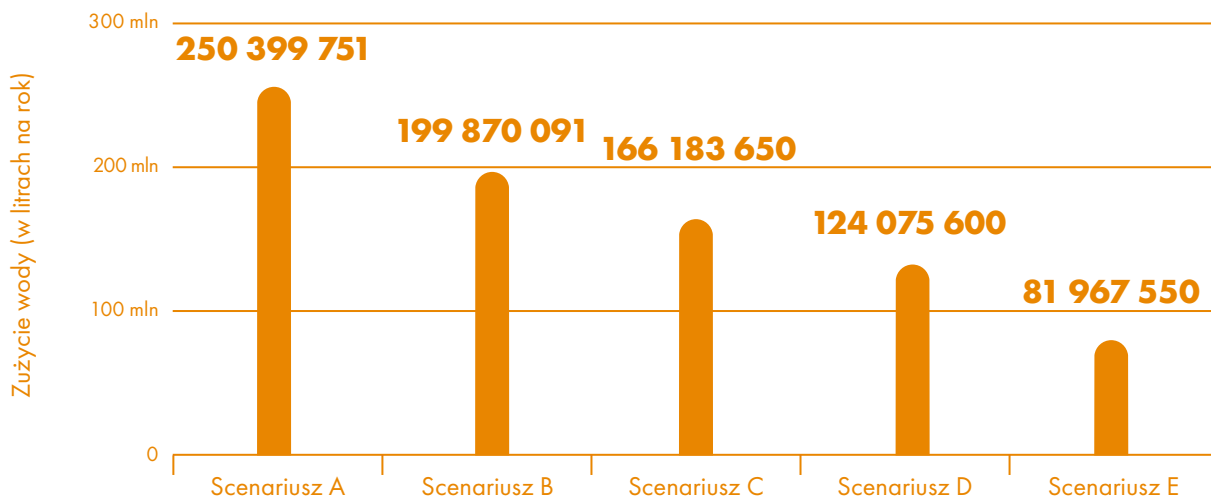
Il. 6: Spodziewane oszczędności w wydatkach na żywieniu dla średniej wielkości uczelni przy stopniowym wprowadzaniu cateringu roślinnego, aż do osiągnięcia zaopatrzenia gastronomicznego w 100% opartego na produktach roślinnych

Przejęcie na catering oparty w 100% na produktach roślinnych w znaczący sposób obniży poziom emisji gazów cieplarnianych związanej z żywnością podawaną na uniwersytetach.



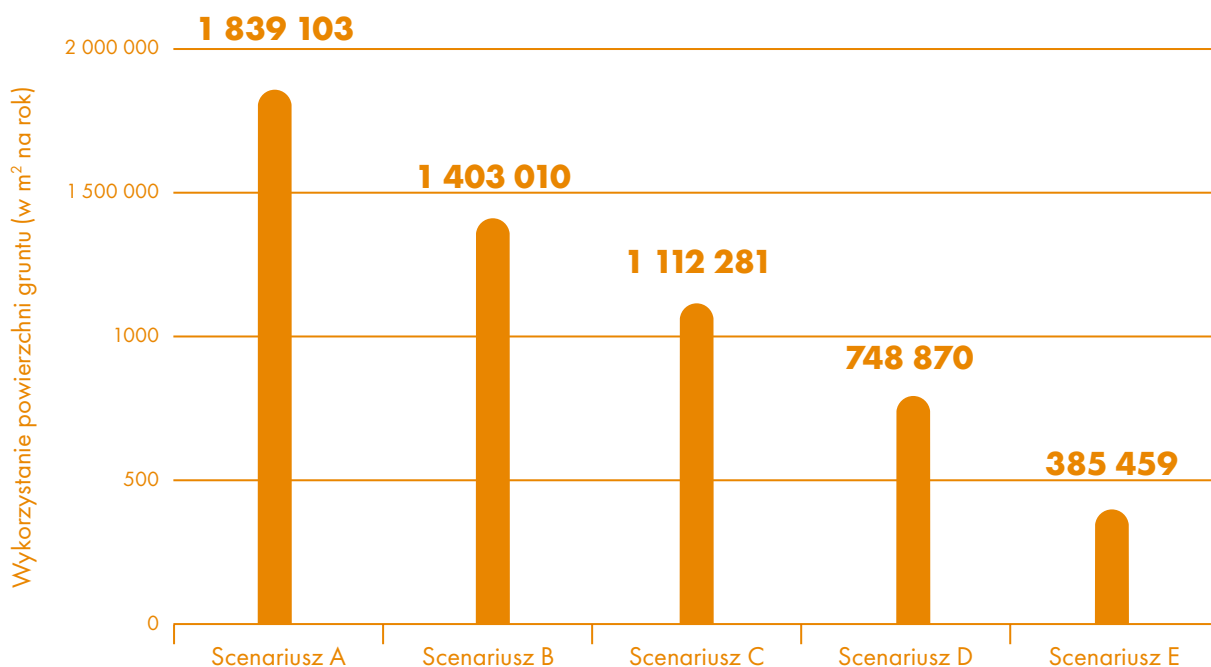
Il. 7: Spodziewane zmniejszenie emisji CO₂e dla średniej wielkości uczelni przy stopniowym wprowadzaniu cateringu roślinnego, aż do osiągnięcia zaopatrzenia gastronomicznego w 100% opartego na produktach roślinnych

Przejęcie na catering oparty w 100% na produktach roślinnych może obniżyć zużycie wody na średniej wielkości uczelni (10 000 studentów i studentek) o dwie trzecie.



Il. 8: Oczekiwane zmniejszenie zużycia wody dla średniej wielkości uczelni przy stopniowym wprowadzaniu cateringu roślinnego, aż do osiągnięcia zaopatrzenia gastronomicznego w 100% opartego na produktach roślinnych

W systemie zaopatrzenia gastronomicznego opartym w 100% na produktach roślinnych uczelnie wykorzystują znacznie mniejszą powierzchnię gruntu do produkcji żywności.



Il. 9: Oczekiwane zmniejszenie wykorzystywanej w produkcji powierzchni gruntu dla średniej wielkości uczelni przy stopniowym wprowadzaniu cateringu roślinnego, aż do osiągnięcia zaopatrzenia gastronomicznego w 100% opartego na produktach roślinnych

4. Omówienie

Łącznie wyniki uzyskane w tym modelu stanowią przekonujący argument przemawiający za przedstawieniem się uczelni na systemy zaopatrzenia gastronomicznego oparte na produktach w 100% roślinnych. Po pierwsze, ustalenia te – pokrywane się z licznymi publikacjami naukowymi – potwierdzają, że catering oparty na produktach roślinnych może w sposób istotny zmniejszyć negatywne efekty środowiskowe produkcji i zaopatrzenia w żywność. Wykazuje to w sposób spójny i miarodajny wiele mierników środowiskowych.

Uwagę zwraca stopień, w jakim potrawy wegańskie wyprzedzają mięsne i wegetariańskie we wszystkich pomiarach wpływu na środowisko przeprowadzonych w ramach badania. Dania oparte na produktach roślinnych nie tylko emitują ułamek tego, co posiłki mięsne (przeciętnie 84% mniej), lecz również emisja dania wegańskiego w naszym modelu nigdy nie przekroczyła wartości charakteryzującej posiłek mięsny lub wegetariański. W przypadku średniej wielkości uczelni przejście na żywienie w 100% oparte na produktach roślinnych mogłoby zmniejszyć emisję CO₂eq związane z żywnością z 1,8 miliona do 385,459 kg.

Zmniejszenie wykorzystania powierzchni gruntów zaznaczało się jeszcze bardziej, ponieważ posiłki wegańskie wymagały wykorzystania prawie czterokrotnie mniejszego obszaru od posiłków wegetariańskich, natomiast w porównaniu z mięsnymi wykorzystanie gruntu było aż dziesięciokrotnie mniejsze. W przypadku uniwersytetu zapewniającego catering dla 10 000 studentów i studentek przejście na posiłki całkowicie roślinne zmniejszyłoby wykorzystanie gruntów z 6,8 mln m² na rok do 0,89 mln m², czyli o 87%. Nawet zwykłe wprowadzenie posiłku wegańskiego jako opcji podstawowej zmniejszyłoby wykorzystanie powierzchni gruntów o niemal 2 mln m².

Co więcej, posiłki oparte na produktach roślinnych wymagały istotnie mniejszych ilości wody do wytworzenia niż potrawy mięsne i wegetariańskie, które powodowały zużycie niemal identycznej ilości wody (przeciętnie 370,1 l w przypadku posiłków mięsnych oraz 350,3 l w przypadku dań wegetariańskich).

Dane te wskazują więc, że potrawy wegańskie nie tylko stanowią wybór zdecydowanie najbardziej przyjazny dla środowiska, lecz także w świetle wszystkich zastosowanych tutaj mierników pozostają jedyną całkowicie przyjazną środowisku opcją. W związku z tym najbardziej efektywnym i wszechstronnym działaniem, jakie mogą podjąć dostawcy cateringu na uczelniach w celu znaczącego zmniejszenia swego śladu środowiskowego, jest przejście na system zaopatrzenia gastronomicznego oparty na produktach w 100% roślinnych.

Po drugie, wyniki te wskazują również, że przejście na catering oparty na produktach roślinnych dyktuje nie tylko imperatyw środowiskowy, lecz również opłacalność finansowa.

Podczas gdy aspekt finansowy przejścia na żywność roślinną jest nieraz postrzegany jako przeszkoda, nasz model wykazuje, że cena hurtowa składników posiłku wegańskiego jest przeciętnie 30% niższa od ceny składników posiłku mięsnego, a 20% tańsza od posiłków wegetariańskich. Wprowadzenie cateringu opartego wyłącznie na produktach roślinnych może więc zmniejszyć koszty pozyskania żywności przez uczelnie wyższe.

Co więcej, łącząc zmiany w karcie dań ze sposobem przedstawiania wyboru, który zachęca konsumentów i konsumentki do opcji roślinnych, dostawcy cateringu mogliby utrzymać, a nawet zwiększyć swoje zyski w okresie przejściowym. Stwierdziliśmy, że w przypadku uniwersytetu średniej wielkości, na którym naukę pobiera 10 000 studentów i studentek, potencjalne oszczędności mogą wynieść ponad 500 000 £ (600 000 € / 650 000 \$) rocznie. Finanse nie są więc wcale barierą dla zmian – przeciwnie: świadome wprowadzenie i promowanie kart dań opartych wyłącznie na produktach roślinnych niesie ze sobą perspektywę znaczących oszczędności w zakresie kosztów pozyskania żywności.

Obniżenie kosztów zaopatrzenia w żywność można również przesunąć na studentów i studentki, oferując im posiłki w bardziej przystępnych cenach. W obecnych czasach kryzysu związanego z kosztami utrzymania, kiedy – zgodnie z doniesieniami – 40% studentów i studentek nie ma zapewnionego bezpieczeństwa żywnościowego, jest to znacząco pozytywny skutek uboczny¹¹. Dlatego przejście na dania roślinne jest opcją nie tylko lepszą i bardziej perspektywiczną pod względem finansowym, lecz również dającą szansę wspierania bezpieczeństwa żywnościowego osób studiujących, zapewniającą im dostęp do pożywnych i przyjaznych dla środowiska posiłków.

Podsumowując, należy stwierdzić, że model ten ukazuje wiele znaczących korzyści dla środowiska płynących z zaopatrzenia gastronomicznego uniwersytetów opartego na produktach roślinnych. Co istotne, taka zmiana nie tylko zmierza w kierunku spełnienia założeń celów zrównoważonego rozwoju, lecz również oferuje opłacalne finansowo rozwiązanie, ponieważ produkty pochodzenia roślinnego są przeciętnie znacznie tańsze niż opcje oparte na produktach mięsnych, ewentualnie wegetariańskich. Potencjalne oszczędności mogą również korzystnie wpłynąć na bezpieczeństwo żywnościowe studentów i studentek w przypadku, gdy zmniejszenie kosztów zostaje przesunięte na nich. Z tych powodów przejście uniwersytetów na catering roślinny jest bardzo korzystne społecz-

¹¹ Food Standards Agency, *Food behaviours in the UK student population: executive summary*, 10.01.2023, <https://www.food.gov.uk/research/food-behaviours-in-the-uk-student-population-executive-summary>

nie, a także dobre dla środowiska, może natomiast zostać osiągnięte bez poważnych dodatkowych kosztów, które obciążałyby dostawców usług cateringowych, instytucje czy klientów i klientki.

5. Zalecenia odnośnie do wytycznych

1. Sporządzenie planu działania: uczelnie powinny publicznie zobowiązać się do przeprowadzenia zmian i rozpocząć stopniowe przyjmowanie cateringu opartego w 100% na produktach roślinnych na swoich kampusach do roku 2030. Powinny one wyznaczyć jasne roczne cele zwiększenia udziału potraw roślinnych w menu. Jest to niezwykle istotny krok stanowiący deklarację zaangażowania w dążeniu do sprawiedliwego i zrównoważonego systemu żywnościowego oraz początek czerpania korzyści finansowych i ekologicznych płynących z przejścia na żywienie roślinne.
2. Zaangażowanie i edukowanie interesariuszy: uczelnie powinny wejść w interakcję z interesariuszami i interesariuszkami, edukować ich i zyskać ich poparcie – w tym przywódców i przywódczyni organizacji studenckich, studentów i studentek oraz osób kandydujących na studia, jak również gestorów gastronomii, dyrektorów ds. komercyjnych, szefów kuchni, dyrektorów zarządzania majątkiem, menedżerów ds. zrównoważonego rozwoju. Wszystkie te strony powinny zdawać sobie sprawę z korzyści płynących z takiej zmiany na poziomie życia studenckiego, uniwersyteckiego i społecznego. Posiłki w karcie dań powinny być zróżnicowane, pożywne i apetyczne, nie tylko korzystne dla finansów i środowiska.
3. Wdrożyć opcję podstawową: dowody jasno wskazują, że zastosowanie opcji podstawowych jest skuteczne. Posiłek domyślnie oparty na produktach roślinnych może znacząco zwiększyć entuzjazm studentów i studentek wobec żywienia roślinnego, a jednocześnie jest działaniem stosunkowo łatwym do wdrożenia. Taki prosty sposób przedstawiania wyboru może komunikować wolę działania dla zrównoważonego rozwoju środowiska ze strony uniwersytetu, przyczynić się do tego, by żywienie oparte na produktach roślinnych stało się normą, a także zapoczątkować czerpanie korzyści związanych z transformacją żywieniową na uczelniach.
4. Korzystać ze wsparcia: istnieją różne organizacje non-profit i inne, zajmujące się wspieraniem dostawców zaopatrzenia gastronomicznego w przyjęciu menu opartego w większej mierze na produktach roślinnych. Jedną z takich organizacji jest Humane Society International/UK,

która ma doświadczenie w likwidowaniu barier i wykorzystywaniu możliwości, jakie stają na drodze firm cateringowych w trakcie wdrażania roślinnych pozycji w karcie dań. Realizowany przez nią Forward Food Programme oferuje bezpłatne wsparcie firmom cateringowym starającym się urzeczywistnić korzyści płynące z przejścia na menu oparte na produktach roślinnych. Program ten realizowano we współpracy z ponad 30 uniwersytetami, zapewniając zespołom cateringowym wsparcie dopasowane do ich indywidualnych potrzeb, opracowując najbardziej efektywne sposoby na wytworzenie oraz marketing smacznych i pożywnych dań roślinnych. Obejmuje ono praktyczne szkolenia w zakresie kuchni roślinnej, poparte dowodami strategii komponowania menu oraz opracowywane na zamówienie raporty dotyczące zrównoważonego żywienia.

6. Załączniki

Załącznik A – Pełna lista przykładowych dań wraz z ich szacowanym wpływem na środowisko i kosztem.

Grupa dań	Danie / Składnik	Koszt całkowity	Całkowita emisja CO ₂ eq (kg)	Całkowite zużycie wody (l)	Całkowite wykorzystanie gruntu (m ²)
Mięsne	Kofta jagnięca z mięętą i morelami; pefnoziarnista pita; jogurt chili, sałatka taboulleh	3,10 £	4,1	302,4	34,5
Mięsne	Placki rybne z łososia i wędzonego plamiaka, jajko sadzone z chowu na wolnym wybiegu, sałatka z cienko pokrojonego kopru włoskiego	3,77 £	1,4	317,5	1,2
Mięsne	Ramen z boczkiem wieprzowym, jajkiem marynowanym w sosie sojowym, makaronem ryżowym i kapustą pak choi	2,94 £	1,8	377,6	2,3
Mięsne	Kurczak w maśle, sos masala, ryż basmati, chleb roti, placuszki cebulowe z kolendrą	2,17 £	1,8	286,1	2,6
Mięsne	Ryba dnia, grube frytki, groszek w całości lub puree z groszku, domowy tatar, cytryna	2,84 £	1,7	408,1	2,2
Mięsne	Keema curry z jagnięciną, chlebek naan, marynowana marchewka, ryż, sos miętowy-kolendrowy, ziemniaki po bombajsku	3,62 £	4,6	410,3	34,8

Grupa dań	Danie / Składnik	Koszt całkowity	Całkowita emisja CO ₂ eq (kg)	Całkowite zużycie wody (l)	Całkowite wykorzystanie gruntu (m ²)
Mięsne	Pizza z mięsem, pepperoni, pikantną wołowiną, grzybami, zieloną papryką i grillowanym kurczakiem, sałatka wielowarzywna	3,81 £	7,6	663,9	22,2
Mięsne	Katsu curry z kurczakiem, gotowana kapusta pekińska i pak choi, ryż długoziarnisty	2,33 £	1,4	200,7	1,5
Mięsne	Kiełbaski Cumberland, sos z karmelizowanej czerwonej cebuli, kremowe puree z ziemniaków Maris Piper, pieczony por	2,84 £	1,5	180,5	1,9
Mięsne	Ryba dnia, grube frytki, groszek w całości lub puree z groszku, domowy tatar, cytryna	2,84 £	1,7	408,1	2,2
Mięsne	Japońskie buteczki Hirata z panierowanym kurczakiem, sałatką z ogórków konserwowych i dipem curry lub sweet chilli	2,80 £	1,3	157,3	2,0
Mięsne	Lasagne z wołowiną podawana z czerwoną cebulą, czosnkowym chlebem serowym, sałatką i frytkami	4,66 £	11,4	663,5	36,0
Mięsne	Ryż po nigeryjsku, curry Cape Malay z mieloną jagnięciną, etiopski dhal z soczewicy, surówka	2,38 £	4,2	318,3	33,8
Mięsne	Ryba dnia, grube frytki, groszek w całości lub puree z groszku, domowy tatar, cytryna	2,84 £	1,7	408,1	2,2
Wegetariańskie	Tortellini ze szpinakiem w kremowym sosie grzybowo-szczypiorkowym, marynowane oliwki, chleb ciabatta	2,42 £	1,8	448,9	5,6
Wegetariańskie	Grillowany ser halloumi, słodkie ziemniaki, domowy chlebek pita, salsa z prażonej kukurydzy	2,65 £	2,8	658,0	9,4
Wegetariańskie	Lasagne śródziemnomorska z warzywami, szpinakiem i ricottą, ciabatta z prażonym czosnkiem	2,74 £	2,3	543,7	7,3
Wegetariańskie	Frittata z czerwoną papryką, serem feta, rukolą i bazylią, fasolka szparagowa gotowana na parze	2,54 £	1,3	246,8	3,3

Grupa dań	Danie / Składnik	Koszt całkowity	Całkowita emisja CO ₂ eq (kg)	Całkowite zużycie wody (l)	Całkowite wykorzystanie gruntu (m ²)
Wegetariańskie	Pieczone warzywa korzeniowe, Wellington z kozim serem i tymiankiem, warzywa gotowane na parze	1,75 £	1,0	220,8	3,0
Wegetariańskie	Risotto z pieczoną dynią, szalwią i groszkiem ogrodowym, tartym parmezanem i zieloną sałatką	2,08 £	1,2	344,3	3,7
Wegetariańskie	Danie stir-fry z brokułem łodygowym, makaronem ryżowym, grzybami shiitake i sezamem, chrupiące tofu	3,36 £	1,0	232,8	1,1
Wegetariańskie	Tacos z szarpanym chlebem i batatami, pico de gallo, kwaśną śmietaną, czarną fasolą i przypieczoną kolbą kukurydzy	3,33 £	1,0	148,7	3,0
Wegetariańskie	Serowy makaron burger, sos Sriracha, sałata rzymska, brioszka i frytki	1,90 £	1,1	303,4	3,5
Wegetariańskie	Pikantna quesadilla Cajun z warzywami, czarną fasolą, serem cheddar, salsą pomidorową, sosem guacamole i ryżem	2,89 £	1,7	453,7	5,8
Wegetariańskie	Pizza z mozzarellą z mleka bawolego, rukolą, pomidorami i pieczoną papryką, mieszana surówka	2,85 £	1,8	421,5	5,8
Wegetariańskie	Risotto z pieczonymi warzywami, posypane suszonymi pomidorami i świeżymi ziołami, paluszki serowe	3,10 £	1,2	354,3	3,1
Wegańskie	Tajskie żółte curry z brokułami, tofu i bakłażanem, sałatka azjatycka z siekanych surowych warzyw	2,38 £	0,7	157,6	0,7
Wegańskie	Tagine z kalafiosem, dynią i ciecierzycą, tabbouleh, jogurt kokosowy	1,99 £	0,8	150,3	2,4
Wegańskie	Kebab shoarma z kasztanami i boczniakami, cebulą i chili w occie oraz frytkami	2,43 £	0,3	76,4	0,6
Wegańskie	Burger z buraków i ciecierzycy, opiekana bułka, wegański majonez, frytki z batatów i awokado	1,51 £	0,3	86,7	1,2

Grupa dań	Danie / Składnik	Koszt całkowity	Całkowita emisja CO ₂ eq (kg)	Całkowite zużycie wody (l)	Całkowite wykorzystanie gruntu (m ²)
Wegańskie	Pizza z grillowaną papryką, wegańskim serem, czarnymi oliwkami i młodym szpinakiem, surówka	1,94 £	0,5	143,2	1,1
Wegańskie	Zapiekanek z makaronu z wegańskim serem, serem i młodym szpinakiem, sałatka z młodej sałaty rzymskiej i pomidorków koktajlowych	2,49 £	0,6	117,8	0,8
Wegańskie	Stek z pieczonego kalafiora z harissa różaną, tabbouleh z miętą, jogurt kokosowy z granatem, pieczona dynia	2,06 £	0,3	73,7	0,5
Wegańskie	Miska Buddy z falafelem z komosy ryżowej, dressingiem chili-cytrynowym, edamame, marynowaną kapustą i chrupiącym tofu	2,29	0,6	79,8	1,7
Wegańskie	Pikantny burger z chlebowca, wegańska bułka, surówka z jarmużu i awokado, wegański majonez z limonką, frytki z batatów	2,54 £	0,4	98,5	0,6
Wegańskie	Ramen z pak choi, kielkami fasoli, grzybami shiitake i chrupiącym tofu z chili, surówka z kimchi	2,51 £	0,5	66,5	0,6
Wegańskie	Północnoafrykański tazin z kalafiosem, kuskusem, chlebkiem pita i hummusem	2,31 £	0,9	220,1	3,9
Wegańskie	Komosa ryżowa z warzywami i pieczoną dynią, posypana sezamem	1,69 £	0,4	68,2	1,0
Wegańskie	Barbecue z szarpanym chlebowcem w wegańskiej bułce brioche, marynowana czerwona kapusta, fódeczki z ziemniaków z solą morską	1,45 £	0,4	92,7	0,7
Wegańskie	Risotto jęczmienne z pieczarkami portobello i wegańskim serem, sałatka	1,88 £	0,5	73,3	0,5
Wegańskie	Puree z pieczonej dyni z mieszanką fasoli i wędzonego chili, pomidorami i ryżem	1,94 £	0,8	222,7	2,6

Załącznik B – Specyfikacja i założenia modelu

Załącznik B1 – Model finansowy

Aby modelować skutki finansowe przejścia na zaopatrzenie gastronomiczne oparte na produktach roślinnych, oszacowaliśmy koszty żywienia na podstawie typowego uczelnianego menu, zawierającego posiłki mięsne, wegetariańskie oraz wegańskie. Uczelnia University College London zamieściła na swojej stronie przykładowe karty dań na cztery tygodnie, gdzie szczegółowo opisano typowe dania serwowane przez dostawców cateringu. Przez trzy z czterech tygodni podaje się tam posiłek mięsny, wegetariański oraz wegański od poniedziałku do piątku.

W celu oszacowania kosztów żywności zawartej w każdym posiłku wyceniono poszczególne składniki dań z wykorzystaniem internetowego kompendium Brakes, głównego hurtowego dostawcy żywności w Wielkiej Brytanii. Rozmiary porcji każdego ze składników oszacowano zgodnie z zaleceniami brytyjskiego związku dietetyków, British Dietetic Association. Jeśli rozmiar porcji któregoś ze składników był niejasny lub właściwy tylko dla konkretnego dania, do jego oszacowania wykorzystano podobne przepisy z BBC Good Food.

Dla każdego ze składników pomnożono cenę 1 kg produktu przez rozmiar porcji i podzielono przez 1000, by ustalić jego koszt na pojedynczą porcję. Koszty wszystkich składników danego posiłku dodano następnie do siebie, by obliczyć całkowitą wartość składającą się na niego żywności. W ten sposób otrzymano całkowity koszt trzech tygodni żywienia w ramach gastronomii na uniwersytecie, na które złożyło się 15 posiłków mięsnych, 15 wegetariańskich oraz 15 wegańskich.

Załącznik B2 – Model środowiskowy

Aby modelować wpływ wywierany na środowisko przez catering oparty na produktach mięsnych, wegetariańskich i wegańskich połączono dane uzyskane z badań Poore & Nemecek (2018) z naszymi pozycjami z karty dań oraz szacunkowym rozmiarem porcji. Poore & Nemecek (2018) przeprowadzili największą jak dotąd metaanalizę wpływu produktów spożywczych na środowisko w oparciu o dane z ponad 38 000 gospodarstw rolnych i 1600 zakładów przetwórczych oraz producentów opakowań i sprzedawców detalicznych w 119 krajach. Badanie to wybrano ze względu na zawartą w nim rygorystyczną i wyczerpującą ocenę różnorodnego wpływu wywieranego na środowisko przez 43 grupy żywności.

Z pracy Poore & Nemecek (2018) zaczerpnięto emisje CO₂eq, zużycie wody oraz wykorzystanie gruntów przypadające na każdy kilogram żywności, a następnie pomnożono przez wielkość porcji, by uzyskać wpływ środowiskowy każdego ze składników danego posiłku. Ponieważ lista składników w naszym modelu była szersza od danych uwzględnionych w pracy Poore & Nemecek, konieczne było przeprowadzenie pewnych uogólnień. Na przykład masło, jogurtowi i śmietanie, należącym do produktów mlecznych, przypisano wpływ na środowisko wywierany przez mleko, a alternatywnym dla produktów mlecznych odpowiednikiem roślinnym, takim jak wegański ser – przypisano wpływ określony dla mleka sojowego. Uogólnień zawsze dokonywano w sposób bardzo ostrożny. Pełna lista takich działań znajduje się w Załączniku C.

Podobnie jak w przypadku założeń finansowych modelu, ostateczny wpływ danego posiłku na środowisko obliczono, dodając do siebie wpływ wywierany przez porcję każdego ze składników. Użytkano w ten sposób całkowity wpływ środowiskowy (emisje CO₂eq, zużycie wody, wykorzystanie gruntu) trzech tygodni zaopatrzenia gastronomicznego typowej uczelni, obejmującego 15 dań mięsnych, 15 wegetariańskich oraz 15 wegańskich.

Załącznik B3 – Model etapów przejściowych

Na koniec modelowaliśmy wpływ środowiskowy wykorzystania cateringu opartego w 100% na produktach roślinnych w przypadku uczelni małej (5000 studentów i studentek), średniej (10 000 studentów i studentek) oraz dużej (25 000 studentów i studentek). Ustaliliśmy pięć scenariuszy ścieżki prowadzącej do cateringu całkowicie wegańskiego.

Scenariusz A: Normalny bieg spraw (brak zmian w konsumpcji produktów odzwierzęcych).

Scenariusz B: Wprowadzenie dań roślinnych jako opcji podstawowej (lub 30-procentowa redukcja konsumpcji produktów odzwierzęcych).

Scenariusz C: 50-procentowa redukcja konsumpcji produktów odzwierzęcych.

Scenariusz D: 75-procentowa redukcja konsumpcji produktów odzwierzęcych.

Scenariusz E: 100-procentowa redukcja konsumpcji produktów odzwierzęcych.

Modelując spodziewane oszczędności w zakresie kosztów pozyskania i wpływu na środowisko dla każdego z tych scenariuszy, musieliśmy najpierw oszacować obecny odsetek studentów i studentek, którzy stołują się na uniwersytecie i wybierają dania mięsne, wegetariańskie i wegańskie. Aby tego dokonać, posłużyliśmy się danymi z raportu UK Food Standards Agency, zgodnie z którym około 5% brytyjskich studentów i studentek to „w przeważającej mierze weganie i weganki”, 10% to wegetarianie i wegetarianki, 18% to fleksitarianie i fleksitarianki, a pozostała część (w tym 7% peskatarian

i peskatarianek) nie ogranicza zakresu spożywanych produktów¹². Powyższe kategorie dietetyczne nie są do końca jasne: nie wiemy, w jakim stopniu fleksitarianie oraz studenci będący weganami „w przeważającej mierze” spożywają produkty odzwierzęce na terenie uczelni. Dla uproszczenia i aby mieć pewność, że wyniki modelu pozostaną ostrożnymi szacunkami, założyliśmy, że „w przeważającej mierze weganie” zawsze wybierają posiłki wegańskie i w ogóle nie spożywają produktów odzwierzęcych. Przyjęliśmy również, że fleksitarianie zawsze wybierają potrawy wegetariańskie i nie spożywają produktów mięsnych. Ponieważ dania zawierające rybę zalicza się do mięsnych, ujęliśmy peskatarian w kategorii osób spożywających mięso. Dzięki temu zwiększyło się prawdopodobieństwo, że wyniki uzyskane na podstawie modelu będą ustaleniami konserwatywnymi, ponieważ przyjęliśmy, że studenci i studentki spożywają ogólnie mniej produktów mięsnych niż ma to miejsce w rzeczywistości.

Aby modelować oczekiwane ograniczenie spożycia produktów odzwierzęcych wynikające z uczynienia posiłków roślinnych opcją podstawową, odwołał się do niedawno opublikowanego raportu opartego na literaturze dotyczącej inicjatyw wprowadzających opcję wegańską jako domyślną¹³. Takie inicjatywy zmieniają sposób prezentacji opcji w miejscach serwowania posiłków, ustawiając dania wegańskie jako wybór domyślny. Skorzystanie z posiłku mięsnego wymaga wówczas aktywnego i celowego wyboru ze strony konsumenta. Przykładem takiego działania może być umieszczanie posiłków mięsnych na dalszych pozycjach w kartach dań czy ustawianie potraw wegańskich najbliżej z punktu widzenia osób stojących w kolejce do bufetu, a także konieczność zgłoszenia zapotrzebowania na danie mięsne w trakcie planowanych wydarzeń, podczas których serwowane będzie jedzenie. Zgodnie z szacunkami tego raportu inicjatywy promujące posiłki roślinne w charakterze opcji podstawowej zwiększają liczbę zamówień na dania bezmięsne o 30,45 punktów procentowych. Ponieważ przedmiotem naszego zainteresowania jest redukcja zamówień na posiłki oparte na produktach odzwierzęcych, a nie tylko mięsnych, zakładamy, że wielkość efektu powyższego nacisku w kierunku przyjęcia opcji wegańskiej za podstawową będzie taka sama, jak nacisku w stronę uznania za podstawową opcji wegetariańskiej. Jest to najprawdopodobniej bezpieczne założenie, ponieważ inne badania wykazują znacząco wyższą wielkość efektu ogółem dla inicjatyw promujących żywność bezmięsną (w jednym z nich wykazano przeciętną wielkość efektu na poziomie 55%)¹⁴. W związku z powyższym założyliśmy, że inicjatywa wprowadzenia posiłków wegańskich jako opcji podstawowej na uczelniach wiązać się będzie z 30-procentowym zmniejszeniem spożycia produktów odzwierzęcych.

¹² Food Standards Agency, *Exploring food behaviours in the UK student population: Interim findings*, 6.01.2023, <https://www.food.gov.uk/research/behaviour-and-perception/exploring-food-behaviours-in-the-uk-student-population-interim-findings?print=1>

¹³ Bryant Research, *The £2 billion NHS windfall: Why meat reduction matters*, styczeń 2024, <https://bryantresearch.co.uk/wp-content/uploads/2024/02/2billion-NHS-Windfall-CAWF.pdf>

¹⁴ Better Food Foundation, *The Research on Nudges: DefaultVeg Works*, <https://www.betterfoodfoundation.org/research-and-reports/research-one-nudges-defaultveg-works/>

W każdym ze scenariuszy, w których zmniejszało się spożycie produktów odzwierzęcych, redukcję dzielono proporcjonalnie na posiłki mięsne oraz wegetariańskie. Zakładamy bowiem, że przejście na catering wegański obejmuje zastąpienie odpowiednio dań zarówno mięsnych, jak i wegetariańskich potrawami opartymi na produktach roślinnych.

Załącznik B4 – Ogólne założenia

Musieliśmy oszacować liczbę posiłków, które przeciętny student czy studentka spożywa na terenie uczelni w ciągu roku. Typowy rok akademicki w Wielkiej Brytanii obejmuje ~219 dni lub 60% roku kalendarzowego. Aby móc to obliczyć, założyliśmy najpierw, że 10% studentów i studentek korzysta z jakiejś ustrukturyzowanej formy spożywania posiłków, takiej jak wyżywienie w akademikach lub abonament. Oparliśmy to założenie na raporcie TUCO z 2018 r., w którym podano, że 5% osób studiujących mieszka w akademikach zapewniających wyżywienie¹⁵. Nie dysponowaliśmy wiarygodnymi danymi na temat odsetka studentów i studentek z wykupionym abonamentem na posiłki, założyliśmy więc, że ich liczba wynosi kolejne 5%. Przyjęliśmy, że studenci i studentki korzystający z wykupionego wyżywienia zjadają przeciętnie dwa posiłki dziennie na uczelni, natomiast ci, którzy z niego nie korzystają, wykupują przeciętnie 0,5 posiłku na dzień. Kolejnym założeniem było, że organizacje studenckie są w posiadaniu 50% uczelnianych punktów gastronomicznych, choć w rzeczywistości wygląda to bardzo różnie w zależności od uniwersytetu.

Trzeba zaznaczyć, że nie spodziewamy się całkowitej precyzji modelu w szacunkach dotyczących kosztu zaopatrzenia gastronomicznego na uniwersytetach i jego wpływu na środowisko. Model koncentruje się szczególnie na zaopatrzeniu w jedzenie, nie zajmuje się natomiast gospodarką odpadami gastronomicznymi, transportem czy innymi stałymi kosztami.

Niektóre dane – takie jak procent punktów gastronomicznych posiadanych przez organizacje studenckie – były trudne do uzyskania. Aby upewnić się co do wiarygodności modelu, uczyniliśmy tę funkcję, jak również rozmiar uczelni, cechą interaktywną. Czytelnicy i czytelniczki mogą więc zmienić założone przez nas wartości liczbowe i dopasować je tak, by lepiej odzwierciedlały dane adekwatne dla ich własnej uczelni. Link do naszych modeli dostępny jest w rozdziale Metody. Dodatkowo warto zauważyć, że choć koszty żywności w wartościach bezwzględnych mogą być odmienne zależnie od uczelni, proporcjonalne obniżenie kosztów (w oparciu o przeciętny koszt każdego rodzaju posiłku) pozostaje niezmiennie. Oznacza to, że nawet jeśli roczne wydatki na żywność na danym

¹⁵ TUCO, *Student eating & drinking habits report*, 2018, <https://www.tuco.ac.uk/sites/default/files/2019-07/Student-ED-Habits-final2018.pdf>

uniwersytecie różnią się od oszacowanych w modelu, można oczekiwać ich znaczącego obniżenia w miarę przechodzenia na gastronomię opartą wyłącznie na produktach roślinnych.

Pozwoliło nam to na modelowanie wpływu finansowego i środowiskowego pięciu scenariuszy zmierzających do systemu zaopatrzenia gastronomicznego w 100% opartego na produktach wegańskich na uczelniach. Obliczyliśmy całkowity koszt żywności, emisję gazów cieplarnianych, zużycie wody oraz wykorzystanie powierzchni gruntu przy zaopatrzeniu w posiłki mięsne, wegetariańskie oraz wegańskie w przypadku poszczególnych scenariuszy dla małych, średnich i dużych uczelni. Najpierw pomnożyliśmy przeciętny koszt lub ślad środowiskowy różnych rodzajów posiłków przez proporcjonalny udział każdego z nich w danym scenariuszu oraz liczbę studentów i studentek uczelni. W ten sposób uzyskaliśmy całkowity koszt lub wpływ na środowisko przypadający na jedną porcję posiłku. Na koniec pomnożyliśmy tę wartość przez średnią liczbę posiłków spożywanych w ciągu roku – 71 – by oszacować całkowity roczny koszt lub wpływ ekologiczny.

Załącznik C – Założenia na podstawie danych z badania Poore & Nemecek (2018)

Składnik (Model)	Składnik (Poore & Nemecek)
Masło, jogurt, kwaśna śmietana	
Mleko / jogurt kokosowy; wegański majonez; wegański ser	Napój sojowy
Oliwki	Oliwa z oliwek
Grzyby	Inne warzywa
Tahini	Orzechy
Sosy (np. BBQ, sweet chilli)	Pomidory

Załącznik D – Ograniczenia

W niniejszym modelu poczyniono takie szacunki oraz uogólnienia, które mogą w pewnym zakresie wpływać na dokładność wyników. Między innymi dlatego, że dane związane z wpływem na środowisko wywieranym przez produkty mleczne takie jak masło, jogurt oraz śmietana, a także ich roślinne odpowiedniki, na przykład ser wegański, nie były dostępne w zbiorze danych Poore and Nemecek, użyto w charakterze zamiennika wartości podanych dla mleka zwykłego lub napoju sojowego. Uogólnienia te nie powinny w sposób istotny wpłynąć na ogólny wynik analizy, która jest mimo to szczegółowa i rygorystyczna. Co więcej, wyniki modelu są zbieżne z przedstawionymi w rozległej literaturze przedmiotu – demonstrują znaczące i liczne korzyści dla środowiska płynące ze stosowania diety roślinnej.

Czasem twierdzi się, że metaanaliza Poore & Nemecek nie jest reprezentatywna dla wpływu na środowisko charakteryzującego rolnictwo brytyjskie, ponieważ dane przedstawiają globalne średnie, podczas gdy praktyki rolnicze w Wielkiej Brytanii są bardziej zrównoważone. Istotny jest fakt, że twierdzenie to nie obala prawdziwości ustaleń tego raportu ani też nie podważa istotności zmiany w kierunku żywienia opartego wyłącznie na produktach roślinnych.

Po pierwsze, ogólnie negatywny wpływ produktów odzwierzęcych na środowisko jest tak potężny w porównaniu z produktami roślinnymi, że nawet jeśli brytyjskie praktyki rolnicze są znacząco bardziej zrównoważone od globalnej średniej, nie zmienia to ważności przejścia na żywienie w pełni roślinne.

Po drugie, nie jest do końca jasne, w jakim stopniu brytyjskie rolnictwo jest bardziej zrównoważone od globalnej średniej, a w niektórych przypadkach jest to wątpliwe. Na przykład choć prawdą jest, że znaczny procent brytyjskiej wołowiny pochodzi od bydła karmionego trawą, to większość badań wykazuje większą szkodliwość takiego żywienia dla środowiska ze względu na wykorzystanie powierzchni gruntu oraz emisję gazów cieplarnianych w porównaniu do karmienia zwierząt ziarnem i soją¹⁶.

Krytyka ta nie kwestionuje wyników naszego raportu, gdyż negatywny wpływ hodowli zwierząt na środowisko w Wielkiej Brytanii pozostaje istotny, a korzyści wynikające z przejścia na żywienie produktami roślinnymi są wyraźnie większe.

¹⁶ M. Herrero, B. Henderson, P. Havlík, P.K. Thornton, R.T. Conant, P. Smith, S. Wirsenius, A.N. Hristov, P. Gerber, M. Gill, K. Butterbach-Bahl, H. Valin, T. Garnett, E. Stehfest, *Greenhouse gas mitigation potentials in the livestock sector*, "Nature Climate Change" 2016/6(5), s. 452–461.

WIEMY, CO CHCEMY OSIĄGNAĆ, WIEMY, DLACZEGO, ALE CZY WIEMY JAK?

Janusz Janczukowicz
Uniwersytet Medyczny w Łodzi

Opublikowany w tym numerze „Bezpiecznej Żywności” raport „Świadomość klimatyczna i oszczędność, czyli argumenty przemawiające za cateringiem opartym na produktach roślinnych na uczelniach wyższych”, opracowany przez zespół Bryant Research, jest napisany w jasny i przejrzysty sposób, a załączniki i linki do danych źródłowych umożliwiają w dużej mierze weryfikację poprawności wniosków wynikających z tej analizy.

Pewnego dnia Alicja doszła do rozstajów dróg i ujrzała Kota z Cheshire siedzącego na drzewie. ‘Którą drogę mam wybrać?’ – zapytała. ‘A dokąd chcesz dojść?’ – brzmiała odpowiedź. ‘Nie wiem’ – odparła Alicja. ‘W takim razie’ – powiedział Kot – ‘to nie ma znaczenia.’

– Lewis Carroll, Alicja w Krainie Czarów

Tym niemniej pierwsze pytanie nasuwa się już po przeczytaniu tytułu, a jego zasadność potwierdza dalszy tekst raportu. Świadomość klimatyczna i aspekty finansowe są jedynie dwoma czynnikami z wielu, które przemawiają za przejściem na dietę roślinną. Raport pomija – poza jednym akapitem zawartym we wstępie – wpływ diety na zdrowie, a czynnik ten powinien być postrzegany i analizowany z perspektywy nie tylko indywidualnych osób, lecz także organizacji lub instytucji, gdyż dbałość o pracowników jest zadaniem każdego nowoczesnego pracodawcy, a z kolei zdrowie osób zatrudnionych i studenckich bezpośrednio wpływa na funkcjonowanie i efektywność instytucji. Drugim zasadniczym, ale pominiętym w raporcie, argumentem przemawiającym za przejściem na dietę roślinną, z którym identyfikuje się większość weganek i wegan (należy tu podkreślić, że nie każda osoba na diecie roślinnej jest osobą wegańską), jest argument etyczny, w tym poszanowanie praw zwierząt i anytygatunkowizm. Podczas gdy bezpośredni wpływ tego argumentu na poziomie instytucjonalnym może być trudno mierzalny, to jednak biorąc pod uwagę oczekiwaną od wyższych

uczelni rolę wzorca postaw, nie powinien on być pomijany milczeniem. Co więcej, jak wyjaśnię w dalszej części tekstu – jest to argument, którego wpływ na akceptację procesu wdrażania diety roślinnej musi być bardzo dokładnie rozważony. Oczywiście autorzy raportu mogą uzasadnić swój wybór analizowanej argumentacji co najmniej dwoma czynnikami. Czynniki finansowe są łatwo mierzalne, a z kolei część badań wykazuje, że argumentacja etyczna w mniejszym stopniu wpływa na decyzje na poziomie instytucjonalnym, w przeciwieństwie do argumentacji korzyściami dla ekosystemów, z których obecnie instytucje są rozliczane i które często stanowią element kampanii promujących ich wizerunek. Prawdopodobnie ze względu na złożoność koniecznej analizy raport w dużej mierze zawęża wpływ środowiskowy diety roślinnej do problematyki zmian klimatycznych, a pomija jej wpływ na przykład na bioróżnorodność i procesy związane z faktem, że żyjemy w tak zwanym okresie historii ponaturalnej. Omówienie wyłącznie czynników finansowego oraz klimatycznego i na ich podstawie wygenerowanie zaleceń wdrożenia diety roślinnej na wyższych uczelniach nadmiernie upraszcza złożoność tego wyzwania, pomija też to, że organizacje i instytucje są złożonymi układami jednostek, a kultura instytucjonalna jest bardzo dynamiczna i spełnia kryteria systemu złożonego, a więc przy wprowadzaniu zmian wymaga zastosowania strategii myślenia systemowego, z uwzględnieniem pełnej złożoności czynników wspierających i utrudniających ten proces. Tym niemniej pamiętając o tym, że szczególnie część finansowa raportu Bryant Research jest osadzona w kontekście brytyjskim, należy stwierdzić, że może on stanowić dobre źródło inspiracji do podjęcia analiz i uzasadnionych nimi działań w naszym lokalnym kontekście ekonomiczno-społecznym.

Dlaczego uniwersytety?

Najprostsza odpowiedź na to pytanie zawarta jest w samym raporcie: „na uniwersytetach jako instytucjach, które od początku uwidoczniają i wyjaśniają zagrożenia związane z gwałtownymi zmianami klimatycznymi, jak również strzegą losu przyszłych pokoleń, słusznie spoczywa odpowiedzialność przewodniczenia w tych przemianach”. Warto jednak spojrzeć na to stwierdzenie ponownie, z uwzględnieniem kontekstu szerszego niż zmiany klimatyczne. Ostatnie lata, a szczególnie nieprzewidziane wcześniej wydarzenia takie jak pandemia, konflikty zbrojne i nasilenie polaryzacji politycznej, w połączeniu z niezwykle szybkim rozwojem sztucznej inteligencji i wzrostem znaczenia mediów społecznościowych, spowodowały gwałtowny wzrost działań dezinformacyjnych, określanych mianem infodemii. Badania wskazują, że przekazy medialne o charakterze dezinformacji otrzymują znacznie więcej pozytywnych ocen niż zaprzeczające im, oparte na badaniach naukowych przekazy pochodzące od organizacji rządowych i instytucji naukowych. Jednocześnie badania przeprowadzone w USA wskazują na zwiększanie się odsetka społeczeństwa nieobdarzonego zaufaniem instytucji szkolnictwa wyższego. Widoczna jest przy tym bardzo wyraźna polaryzacja poglądów, z brakiem zaufania znacznie wyższym w populacji identyfikującej się bardziej z prawą niż z lewą stroną sceny

politycznej. Jest to istotna informacja, gdyż poglądy polityczne wydają się korelować z poglądami na ekologię, żywność roślinną i prawa zwierząt. Co więcej, według badań Gallupa 68% Amerykanów i Amerykanek uważa, że uniwersytety podążają w niewłaściwym kierunku, a znaczny odsetek respondentów postrzega je jako źródło indoktrynacji i „prania mózgów”. Właściwe wykorzystanie zielonej transformacji uniwersytetów może być czynnikiem wpływającym na zmianę tych negatywnych opinii, ale powyższe fakty wskazują wyraźnie na potrzebę połączenia działań czysto organizacyjnych i finansowych związanych z wprowadzaniem diety roślinnej z działaniami edukacyjnymi i promocyjnymi. Musimy pamiętać o tym, że nie chodzi o przekonywanie już przekonanych, lecz o zrozumienie przyczyn oporu osób przeciwnych upowszechnianiu diety roślinnej. Osoby zajmujące się promowaniem żywności roślinnej spotykają się na co dzień z zalewem błędnych argumentów skierowanych przeciwko ich poglądom i działalności. Jak się sytuują obecnie w tym konkretnym kontekście wyższe uczelnie? Niestety zazwyczaj „strategicznie” milczą. Sygnałem zmiany tej sytuacji było Sympozjum o diecie roślinnej zorganizowane we współpracy z fundacją Viva! i Green REV Institute w styczniu tego roku na Uniwersytecie Medycznym w Łodzi. To chyba pierwsze tego typu wydarzenie w Polsce, którego głównym tematem było zapewnienie właściwej, opartej na wiedzy i poszanowaniu poglądów, opieki zdrowotnej osobom na diecie roślinnej.

Tym niemniej priorytetyzowana w raporcie argumentacja ekologiczna ma jednak znaczące zalety. Efekty wprowadzenia regulacji proekologicznych są stosunkowo łatwo mierzalne, zgodne z Celami Zrównoważonego Rozwoju i korzystne wizerunkowo dla organizacji, tak więc raport, a szczególnie wzorowane na nim badania zlokalizowane w Polsce, mogą być znacząco przekonujące dla organizacji docelowych. Jednocześnie uniwersytety są zobowiązane do realizacji różnych działań proekologicznych, na które często skutecznie pozyskują finansowanie zewnętrzne. Dotarcie do uniwersytetów z omawianym raportem może wobec tego być ważnym czynnikiem wyzwalającym kreatywną dyskusję.

Sam proces wprowadzania diety roślinnej jest doskonałą szansą dla uniwersytetów, aby wybudować pomost pomiędzy generowaniem wyników badań naukowych a praktycznym wdrożeniem wynikających z nich zaleceń. Jest to również szansa poprawy wizerunku i wiarygodności dzięki przejściu z pozycji mówienia innym, jak powinni działać i żyć, do pokazania w praktyce, jak osiągnąć cel i utrwalić go w kulturze instytucjonalnej uczelni. Co więcej, jest to szansa na prowadzenie wartościowych badań translacyjnych i wdrożeniowych. Ta pierwsza kategoria to badania nad tym, jak zastosować w praktyce wyniki badań o charakterze podstawowym, a druga zajmuje się praktycznymi aspektami wdrożenia zaleceń wynikających z faktów naukowych. Pojęcie *action research*, czyli „badanie w działaniu”, oznacza prowadzenie badań jednocześnie z procesem wprowadzania zmiany

społecznej, a wdrożenie diety roślinnej to z całą pewnością zmiana społeczna potrząsająca wieloma istniejącymi paradygmatami, a nie tylko transformacja o charakterze finansowym.

Niestety, w tej sekcji nie można pominąć kluczowego czynnika, jakim jest inna niż opisana w raporcie organizacja żywienia studentów i studentek na większości polskich uczelni. Jest ona w wielu przypadkach ograniczona do istniejących w obrębie kampusów wybranych w drodze przetargu restauracji, kawiarni lub stołówek i nie zapewnia w sposób systemowy żywienia społeczności akademickiej, a uniwersytety nie tworzą planów żywienia osób studiujących. W związku z tym można się obawiać, że osoby decyzyjne na poziomie uczelni nie będą – przynajmniej na początku podjętej dyskusji – odczuwały bezpośredniego związku standardów zewnętrznego cateringu z odpowiedzialnością ekologiczną instytucji.

Czy wiemy jak?

Zasadniczą część tego komentarza chcę poświęcić najkrótszej sekcji raportu, czyli „zaleceniom odnośnie do wytycznych”, gdyż mam wrażenie, że jej wątpliwość potwierdza tezę, że wiemy, co chcemy osiągnąć, częściowo wiemy, dlaczego, ale nie całkiem wiemy, jak – albo też wydaje się nam, że skoro już mamy badania uzasadniające celowość wprowadzenia diety roślinnej, to teraz wprowadzimy ją bez problemu decyzją zarządu lub senatu uczelni. Tymczasem sposób efektywnego wprowadzania zmiany opartej na wynikach analiz naukowych jest sam w sobie oddzielną dziedziną wiedzy. Proces wprowadzenia zmiany wymaga wybrania odpowiedniej strategii. Dla przykładu: model zarządzania zmianą opracowany przez Kottera zawiera osiem kolejnych kroków: stworzenie w instytucji poczucia konieczności wprowadzenia zmiany; zbudowanie koalicji zarządzającej procesem zmiany; sformułowanie strategicznej misji; rekrutacja współpracowników; usuwanie barier; osiąganie kolejnych etapów wdrażanej zmiany; podtrzymanie tempa procesu i trwałe umocowanie zmiany w instytucji.

Jak wiemy zarówno z badań implementacyjnych, jak i z własnego doświadczenia – wielokrotnie pozyskanie środków finansowych na realizację projektu i sama jego realizacja są łatwiejsze od zapewnienia jego trwałości, do osiągnięcia której niezbędne jest osadzenie zmiany w kulturze instytucjonalnej. Bez zmiany kultury początkowy sukces okazuje się porażką, a entuzjazm zmienia się w wypalenie. Powyższe stwierdzenie nie ma brzmień demotywujących, lecz ma wskazywać na konieczność systemowego zaplanowania działań mających na celu upowszechnianie diety roślinnej i podkreślenie tego, że niezbędne do tego są nie tylko wiedza techniczna z danej dziedziny, ale również kompetencje wprowadzania zmiany opisane na przykład szczegółowo w strukturze ramowej Pan-European Leadership Academy WHO EURO.

Rewolucja czy ewolucja?

Raport słusznie przedstawia modelowanie nie tylko całkowitego wprowadzenia na uniwersytetach posiłków roślinnych, lecz także analizę efektów finansowych i środowiskowych ich stopniowej implementacji. Odpowiada to dwóm strategiom wprowadzania zmiany: transformacyjnej („rewolucyjnej”) i inkrementalnej („ewolucyjnej”). Właściwy wybór strategii wprowadzenia diety roślinnej będzie jednym z zasadniczych czynników wpływających na osiągnięcie sukcesu. Wbrew pozorom problem ten nie ma jednego słusznego rozwiązania.

Z jednej strony motywowanie pracowników, pracowniczek, studentów i studentek oraz inicjatywy oddolne (*bottom-up, grassroots initiatives*) są często opisywane jako efektywne i trwałe. Z drugiej jednak strony wiemy, że brak motywacji niekoniecznie skutkuje oporem, a często kończy się jedynie brakiem entuzjazmu, czemu można z kolei przeciwdziałać, jeżeli uzasadnienie wprowadzanej zmiany jest jasne oraz zachowana jest możliwość wyboru. Ten ostatni czynnik jest szczególnie istotny, gdyż z teorii motywacji wynika, że opór przed wprowadzeniem posiłków roślinnych będzie większy, jeżeli ludzie odczują tę zmianę jako utratę autonomii (prawa do wyboru). Bardzo dobrym przykładem przemyślanego działania jest catering w UN City w Kopenhadze, gdzie z zasady do kawy serwowane jest mleko roślinne, ale jest możliwość zamówienia też mleka krowiego, a stołówka oferuje bardzo bogate menu wegańskie, niemniej ma też opcje wegetariańskie i mięsne.

Kiedy możemy się spodziewać zwiększonego oporu społeczności instytucji przeciw wprowadzeniu diety roślinnej?

Niezwykle istotnym czynnikiem, wywołującym duży opór, jest tak zwana niespójność symboliczna, która w naszym przypadku pojawi się, gdy na przykład pomimo wprowadzenia w instytucji diety roślinnej dzięki oddolnym inicjatywom zarząd i inne osoby będące wzorcami postaw będą spożywać posiłki niewegańskie lub nawet tylko komentować negatywnie popularyzowanie diety roślinnej. W przypadku instytucji edukacyjnych w podobnych przypadkach używa się terminu „ukryte curriculum”, gdy przekaz nieformalny zaprzecza treściom oficjalnym, czym powoduje znacząco negatywne, wykazane w wielu badaniach naukowych, skutki. Aby proces wprowadzenia diety roślinnej był skuteczny, musi mieć eksplicytnie poparcie władz i osób będących lokalnymi wzorcami postaw.

Wprowadzenie sztywnych przepisów bez możliwości „opt-out” jest skuteczne jedynie wtedy, gdy istnieje ich mocne uzasadnienie na przykład kwestiami bezpieczeństwa lub zdrowia. Przykładem takiego procesu jest wprowadzenie zakazu palenia tytoniu w miejscach publicznych, który początkowo był przez znaczną część społeczeństwa uważany za ograniczenie wolności, jednak po jakimś

czasie uległ normalizacji na skutek rutynowego przyzwyczajenia i pomimo braku możliwości *opt-out* obecnie uzyskał powszechną akceptację. Tak więc na poziomie populacyjnym zmiany transformacyjne często po pewnym czasie uzyskują akceptację społeczną, a początkowy opór jest zjawiskiem porównywalnym do znanego w fizyce tarcia spoczynkowego, które jest większe od tarcia kinetycznego, kiedy już wprowadzimy przedmiot w ruch.

Weganka, weganin to brzmi dumnie, ale...

„Kultura zjada strategię na śniadanie”

– Peter Drucker

Autorzy raportu stwierdzają: „systematycznie wzrasta naukowy konsensus odnośnie do pilnej potrzeby systemowego odejścia od spożycia produktów zwierzęcych w kierunku diety roślinnej”. To niewątpliwie słuszne zdanie zawiera jednak znaczące niedopowiedzenie, gdyż jednocześnie narasta opór przeciw temu konsensusowi wspierany przez sprawne szerzenie dezinformacji z wykorzystaniem wyrafinowanych metod manipulowania faktami i przekonaniami. Niechęć przeciwko zmianie narasta wtedy, gdy pracownicy, pracowniczki, studenci i studentki czują się moralizowani, a ich dotychczasowa tożsamość zagrożona. Wyniki badań nad skutecznością różnych argumentacji przemawiających za przejściem na dietę wegańską nie doczekały się jeszcze odpowiedniej jakości przeglądu systematycznego, a ich wyniki, o ile zazwyczaj potwierdzają skuteczność argumentów prozdrowotnych i proekologicznych, są mniej spójne w analizie wpływu znaczenia argumentów etycznych. Według badań zlokalizowanych w znacznej części wegetariańskich Indiach jednym z czynników utrudniających przejście na dietę całkowicie roślinną jest obawa przed stygmatyzacją społeczną.

Sam wybór pomiędzy używaniem przy tworzeniu projektu terminu „dieta roślinna” lub „dieta wegańska” wymaga rozważnego wyboru. Niestety, część osób spożywających produkty odzwierzęce postrzega określenia „dieta wegańska” czy „osoba wegańska” jako stygmatyzujące i podkreślające odrębność od grupy społecznej, z którą się tradycyjnie identyfikują. O tym, jak ważne jest wybranie właściwego przekazu przekonującego do zmiany nawyków żywieniowych, świadczy wspomniany wcześniej opór pojawiający się przy poczuciu bycia osobą moralizowaną. Musimy uwzględnić wynikający z badań fakt, że osoby wegańskie są często postrzegane przez niewegan jako mniej społecznie atrakcyjne i „arogancko nadmiernie zaangażowane”. O ile ten fakt może mało martwić same osoby wegańskie, o tyle jednak jego konsekwencja, jaką jest zmniejszona motywacja do przechodzenia na dietę roślinną, związana z obawą przed utratą atrakcyjności i tradycyjnej męskości, wskazuje na konieczność właściwego doboru sposobu promowania posiłków roślinnych na uniwer-

sytetach. Zauważmy przy tym, że rosnąca w mediach społecznościowych popularność karnizmu świadczy o tym, że skrajni przeciwnicy diety roślinnej i etyki wegańskiej potrafią skuteczniej docierać ze swoim przekazem do grup docelowych przez stosowanie strategii przedstawiania weganizmu jako zagrożenia kulturowego na poziomie społecznym oraz zagrożenia ego, w tym tradycyjnych norm męskości na poziomie jednostek.

Zaufanie i bezpieczeństwo

Kolejnym znacząco zwiększającym opór przed zaakceptowaniem zmiany czynnikiem jest brak zaufania do osób przewodzących procesowi transformacji. Pamiętajmy, że pod względem reakcji na wprowadzenie zmiany Polska – podobnie jak inne kraje nadbałtyckie, Węgry i Czechy – jest zaliczana do kultur o stosunkowo dużym unikaniu niepewności, historycznie uwarunkowanym małym zaufaniem do instytucji i dużej „strategicznej inercji” („nie robię tego, dopóki nie mam innego wyjścia”). Czynnikiem ten musimy uwzględnić również, gdy planujemy wprowadzenie diety roślinnej.

Zasada Daniela Kahnemana mówi, że ludzie przy dokonywaniu wyborów znacznie bardziej obawiają się utraty (poczucia wolności wyboru, według nich smaczniejszych tradycyjnych posiłków) niż cieszą się możliwością zysku (zdrowotnego, ekologicznego, smacznych posiłków – o czym nie wiedzą). W tym konkretnym przypadku utrata (tradycyjnej diety) jest natychmiastowa, podczas gdy zysk (zdrowotny, środowiskowy), chociaż udokumentowany naukowo, jest odroczone w czasie. Pamiętajmy również o wprowadzonej przez Roberta K. Mertona prawie 100 lat temu koncepcji niezamierzonych konsekwencji planowych akcji. Tak jak na przykład cyfryzacja opieki zdrowotnej bez zapewnienia odpowiednich zabezpieczeń doprowadza do wykluczenia najbardziej potrzebujących populacji (osób w kryzysie bezdomności, o niskim stopniu edukacji i niskim statusie ekonomicznym), tak samo nawet jeżeli wiemy, że dieta roślinna z punktu widzenia medycznego jest korzystna i oficjalnie zalecana przez WHO, musimy zidentyfikować wszystkie grupy osób, które mogą się ze względu na brak wiedzy obawiać posiłków roślinnych i zapewnić im właściwe wsparcie edukacyjne. Obawy dotyczące wartości odżywczych diety roślinnej mogą być rozwiane dzięki edukacji, jednak zmiana nawyków – jak na to wskazuje na przykład Transteoretyczny Model Zmiany (TTM), opracowany przez Jamesa Prochaskę i Carla DiClemente – jest procesem nie tylko wieloetapowym, lecz także cyklicznym. Zrozumienie tego aspektu jest ważne również ze względów wizerunkowych, aby uniknąć negatywnych opinii o narażeniu zdrowia wrażliwych grup (np. kobiety w ciąży, dzieci i młodzież, osoby ze specjalnymi potrzebami dietetycznymi). W wielu przypadkach ważniejsze od aktywnego motywowania pracowników, pracowniczek lub studentów, studentek jest usunięcie czynników demotywujących, a tych w przypadku promocji diety roślinnej nie szczędzi nam wspomniana wcześniej infodemia.

Każdy, kto jest częścią problemu, powinien być też częścią rozwiązania

Przeciwnicy procesu zmiany są znacznie skuteczniejsi, jeżeli są w jawnej opozycji, a często zaczynają współpracować z nami, gdy są zapraszani do współdziałania. Doskonałe przykłady takiego efektu zostały opisane w czasie pandemii, gdy przywódcy religijni, początkowo przeciwni szczepieniom, zaczęli współpracować po zaproszeniu ich do działań mających na celu zwiększenie liczby zaszczepionych w lokalnych społecznościach. Wobec tego jednym z zasadniczych działań, które pomogą rozwiązać większość wyżej opisanych wyzwań, jest właściwa identyfikacja wszystkich interesariuszy i interesariuszek wprowadzania diety roślinnej i zaproszenie ich, z odpowiednim szacunkiem do ich poglądów, do współpracy. Strategiczną analizę potrzeb i barier należy przeprowadzić w udziale ze wszystkimi osobami, które planowana zmiana w jakikolwiek sposób dotknie. Należy zmapować te grupy, według strategii, ocenić ich siłę wpływu, uprawnienie do reprezentowania innych i pilność ich oczekiwań, a następnie wysłuchać i zrozumieć narrację każdego z tych środowisk. Znaczenie tak zwanego poczucia współwłasności procesu jest podkreślane w wielu analizach skuteczności działań transformacyjnych.

Nie możemy w tym miejscu pominąć fundamentalnego faktu, że jednymi z najważniejszych, choć niemających własnego głosu interesariuszy i interesariuszek przejścia na dietę roślinną, są ofiary tradycyjnej diety, czyli zwierzęta. Konieczne jest wobec tego zapewnienie udziału w procesie zmiany ich pełnomocników, czyli ekspertek, ekspertów i organizacji pozarządowych zajmujących się prawami zwierząt.

Specyfika uniwersytetów medycznych

„Najlepszym sposobem na zmniejszenie różnicy poglądów jest upewnienie się, że wszyscy zainteresowani siedzą razem z nami przy stole”

– Cheryl Yeoh

Ze względu na ograniczenia długości tego tekstu zwracam jedynie uwagę na zasługującą na oddzielną analizę specyficzną kategorię wyższych uczelni, jakimi są uniwersytety medyczne, które zapewniają wysokospecjalistyczną opiekę zdrowotną pacjentom i pacjentkom zarówno niewegańskim, jak i wegańskim. Wprowadzenie na uczelni diety roślinnej w takim przypadku wymaga uwzględnienia głosu i zapewnienia dobrostanu szczególnie wrażliwej i jednocześnie bardzo zróżnicowanej populacji pacjentów i pacjentek. Dobrostan pacjentów i pacjentek wegańskich to znacznie więcej niż tylko zapewnienie im posiłków roślinnych, to również odpowiednie kompetencje medyczne i społeczne

pracowników i pracowniczek opieki zdrowotnej i uszanowanie ich systemu wartości etycznych, a odpowiedzialność za to spoczywa na uczelniach odpowiedzialnych za kształcenie kadr medycznych. Obecny, często dramatyczny, stan zaspokojenia tych potrzeb przedstawił na podstawie zebranych wypowiedzi pacjentów i pacjentek wegańskich Przemysław Sapiński w czasie wcześniej wspomnianego Sympozjum o diecie roślinnej. Tak więc przed nami jeszcze daleka droga do sytuacji opisanej w raporcie systemu New York City Health + Hospitals, serwującego posiłki roślinne jako opcję podstawową w 11 szpitalach publicznych w Nowym Jorku, również w zakresie akceptacji takiego żywienia przez osoby przebywające w szpitalach.

Podsumowanie

Być może po przeczytaniu tego komentarza ktoś pomyśli: „taki prosty klarowny raport, a tyle sugestii dalszych badań, analiz i przemyśleń”. To dobrze, że raport szczegółowo przedstawia analizę ekonomiczną i środowiskową wprowadzenia na uniwersytetach diety roślinnej, jednak aby osiągnąć ten cel, jego proste podsumowanie: „Uwzględniając złożoność wszystkich wyżej opisanych czynników, uczelnie powinny publicznie zobowiązać się do przeprowadzenia zmian i rozpocząć stopniowe przyjmowanie cateringu opartego w 100% na produktach roślinnych na swoich kampusach do roku 2030” musimy zastąpić szczegółowym i profesjonalnie opracowanym planem wprowadzenia zmiany systemowej i utrwalenia jej na poziomie kultury instytucjonalnej. Nadmierna koncentracja na pojedynczych, wybranych argumentach przemawiających za przyjęciem diety roślinnej, bez analizy całego kontekstu i zrozumienia tego, że połączenia i interakcje w obrębie systemu są równie ważne, co jego elementy składowe, przypomina klasyczne wyjaśnienie systemu złożonego, kiedy kilka osób stoi w pomieszczeniu bardzo blisko zagadkowego przedmiotu i jedna z nich twierdzi, że widzi szarą ścianę, inne widzą linię lub kolumny, a dopiero osoba, która spojrzy na ten obiekt z odpowiednio dalszej perspektywy, widzi, że nie jest to przedmiot, tylko skomplikowany i wrażliwy żywy organizm, jakim jest słoń.

Pamiętajmy, że najczęściej pojawiające się w argumentacji przeciwników zmiany stwierdzenie i pytanie: „ale my zawsze tak robiliśmy, więc dlaczego mielibyśmy zmieniać istniejącą tradycję?” – jest jednym z najbardziej szkodliwych w historii ludzkości. Gdybyśmy się do niego stosowali, to do dzisiaj istniałoby niewolnictwo, rasizm i dyskryminacja mniejszości byłyby legalne, a kobiety nie miałyby prawa do edukacji i głosowania. Tak więc wiemy, dlaczego należy upowszechnić dietę roślinną, wiemy, co chcemy osiągnąć, a teraz czas na strategiczne planowanie i działanie.

Bardzo dziękuję Pani mgr. Paulinie Sobierańskiej za jak zawsze ciekawe i cenne uwagi do manuskryptu.

Wybrane pozycje piśmiennictwa

Catellani P., Carfora V., *The Social Psychology of Eating*, Springer 2023

De Groeve B., Rosenfeld D.L., Bleys B., Hudders L., *Moralistic stereotyping of vegans: The role of dietary motivation and advocacy status*, „Appetite” 2022/174, <https://doi.org/10.1016/j.appet.2022.106006>

Dhonty K., Ioannidou M., *Health, environmental, and animal rights motives among omnivores, vegetarians, and vegans and the associations with meat, dairy, and egg commitment*, „Food Quality and Preference” 2024/118, <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2024.105196>

Gallup, *U.S. Confidence in Higher Education Now Closely Divided*, <https://news.gallup.com/poll/646880/confidence-higher-education-closely-divided.aspx>? (dostęp: 5.02.2026)

Graves L. [et al.], *Creating change: Kotter’s Change Management Model in action*, „Canadian Medical Educational Journal” 2023/14(3), <https://doi.org/10.36834/cmej.76680>

Grummon A.H., Musicus A.A., Salvia M.G., Thorndike A.N., Rimm E.B., *Impact of Health, Environmental, and Animal Welfare Messages Discouraging Red Meat Consumption: An Online Randomized Experiment*, „Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics” 2023/123(3), doi:10.1016/j.jand.2022.10.007

Hester P.T., Adams K., *Systemic Decision Making: Fundamentals for Addressing Problems and Messes (Topics in Safety, Risk, Reliability and Quality Book 33)*, Springer 2017

Hopwood C.J., Bleidorn W., Schwaba T., Chen S., *Health, environmental, and animal rights motives for vegetarian eating*, „PLOS. One” 2020/15(4), <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0230609>

Janssen M., Bush C., Rödiger M., Hamm U., *Motives of consumers following a vegan diet and their attitudes towards animal agriculture*, „Appetite” 2016/105, <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.06.039>

Kreps D., *The Motivation Toolkit: How to Align Your Employees' Interests with Your Own*, W. W. Norton & Company 2018, ISBN-10:0393254097

Merton R.K., *The Unanticipated Consequences of Purposive Social Action*, „American Sociological Review” 1936/1(6)

Sweety S., Heena Thanki J., *Factors shaping the adoption of sustainable vegan diets*, „International Journal of Consumer Studies” 2024/48(2), <https://doi.org/10.1111/ijcs.13034>

Janusz Janczukowicz, dr n.med., mgr edukacji medycznej – profesor Uniwersytetu Medycznego w Łodzi, prodziekan Kierunku Lekarskiego i kierownik Centrum Edukacji Medycznej. Prezydent elekt AMEE – globalnej organizacji specjalistów kształcenia kadr medycznych. Konsultant i członek rad naukowych wielu organizacji, w tym AMSE i EIWH. Były przewodniczący Komitetu ds. Jakości Akademii WHO, współtwórca Pan-European Leadership Academy WHO – ELA. Weganin, działacz na rzecz praw zwierząt, członek Zespołu ds. dzikich zwierząt w Łodzi.



1,5%



KRS 0000521182

Planeta, ludzie, zwierzęta Po pierwsze – szacunek

Zainwestuj 1,5% swojego podatku w Roślinną Szkołę. Razem uczmy szacunku dla ludzi i zwierząt, odpowiedzialności za środowisko oraz zdrowego odżywiania. Zyskaj lepszą przyszłość – dla siebie i kolejnych pokoleń.



GDY SENSACJA WYGRYWA Z NAUKĄ, CZYLI O DEZINFORMACJI ŻYWIENIOWEJ I ODPOWIEDZIALNOŚCI MEDIÓW

Agata Aransay-Skrzypczyk

Environmental Journalism

Czy soja naprawdę niszczy zdrowie, lekarze są mafią, a nauka od dekad wprowadza nas w błąd? Dlaczego tezy sprzeczne ze światowym konsensusem naukowym wybrzmiewają dziś głośniejsze niż kiedykolwiek wcześniej? Szeroko komentowany wywiad Bogdana Rymanowskiego z profesorem Grażyną Cichosz nie był niewinną rozmową o żywieniu. Stał się głośnym przykładem tego, jak pseudonauka, ubrana w autorytet i sensację, wchodzi do głównego nurtu – bez pytań, bez weryfikacji, bez kontrgłosu. To studium przypadku dezinformacji żywieniowej i test dla etyki dziennikarskiej w epoce algorytmów i szybkich odpowiedzi na złożone pytania o nasze zdrowie.

Jesteśmy obecnie w takim naukowym momencie, w którym możemy wskazać wybory żywieniowe najlepsze dla naszego zdrowia – mówi doktor nauk medycznych Tomasz Jeżewski, kardiolog z ponad 20-letnim doświadczeniem. – Potrafimy przewidzieć długoterminowe skutki naszej diety i ułożyć najlepsze rekomendacje żywieniowe na podstawie dekad postępu naukowego. Są to zalecenia długoterminowe, nieoferujące szybkich rozwiązań. Nauka nie ma być sensacyjna czy atrakcyjna. Nauka ma być prawdziwa.

Być może te długoterminowe rozwiązania nie są wystarczająco ciekawe, by były wyróżnione przez algorytmy mediów społecznościowych. Bo to nie prawda i postęp naukowy, ale sensacja i *quick fix* sprzedają się tam najlepiej. Musiał o tym wiedzieć redaktor Bogdan Rymanowski, gdy zapraszał do swojego programu profesor nauk rolniczych Grażynę Cichosz, technolożkę żywności i żywienia oraz mleczarstwa. Kontrowersyjna rozmowa, opublikowana na platformie YouTube w październiku 2025 roku, szybko zyskała rozgłos. Dla jednych rozmówczyni stała się orędowniczką ukrytej dotąd prawdy, dla innych – studium przypadku sensacyjnych i pseudonaukowych przekazów.

Profesor Cichosz jest znana z kontrowersyjnych wypowiedzi na temat żywienia, niezgodnych ze współczesną wiedzą naukową. Na posiedzeniu Parlamentarnego Zespołu ds. Ochrony Życia i Zdrowia Polaków w zeszłym roku powtarzała między innymi, że spożywanie soi wpływa na orientację psychoseksualną, a szczepionki mają wpływ na występowanie autyzmu. W półtoragodzinnej rozmowie z redaktorem Rymanowskim profesor Cichosz podkreśliła, że soja jest największym przekrętem dietetycznym XXI wieku i przyczynia się do wielu chorób, jak Hashimoto czy choroba Leśniowskiego-Crohna. Zanegowała rolę cholesterolu w procesie miażdżycowym i powiedziała, że spożywanie mięsa jest częścią diety dla mózgu, odnosząc się przy tym ze współczuciem do wegetarian i wegan.

Soja jest dla nas dobra – mówi doktor Tomasz Jeżewski. – Nawet nie wchodząc w badania naukowe, wystarczy spojrzeć na populację chociażby Japonii, kraju z jedną z najwyższych średnich długości życia. Tofu, edamame, natto, fermentowana soja są tradycyjnym pożywieniem w tych rejonach oraz stanowią element długowieczności tej populacji. Prozdrowotne właściwości tych pokarmów zostały potwierdzone setkami badań naukowych i bardzo zachęcam do ich spożywania.

Profesor Cichosz mówi, że nie trawimy białek globulinowych zawartych w soi i że genetycznie modyfikowana soja to największy przekręt naszych czasów. Rzuca bardzo ogólnikowymi, a jednocześnie niezwykle szczegółowymi hasłami, czym wprowadza zamęt i niepokój u słuchaczy.

Soja jest pełnowartościowym źródłem białka i nie ma żadnych dowodów na to, że jej nie trawimy – dodaje Jeżewski. – Nie są mi znane również żadne badania naukowe na temat uszkadzającego wpływu soi na kosmki jelitowe. Przekaz pani profesor jest katastrofalny, niepoparty dowodami naukowymi i nastawiony na tanią sensację.

Konkluzje analizy 52 badań¹ dotyczących spożycia produktów sojowych pokazały, że wysokie spożycie soi może zmniejszyć ryzyko zachorowania na nowotwory, w szczególności na raka piersi, prostaty i przewodu pokarmowego. Według badań przeprowadzonych na grupie kontrolnej wzrost spożycia wszystkich produktów sojowych o 54 g dziennie doprowadził do zmniejszenia ryzyka zachorowania na nowotwory o 11%, wzrost spożycia tofu o 61 g dziennie zmniejszył ryzyko zachorowania na nowotwory o 12%, a wzrost spożycia mleka sojowego o 23 g dziennie obniżył ryzyko zachorowania na nowotwory o 28%. Wyniki tych badań naprawdę

¹ C. Wang, K. Ding, X. Xie, J. Zhou, P. Liu, S. Wang, T. Fang, G. Xu, C. Tang, H. Hong, *Soy Product Consumption and the Risk of Cancer: A Systematic Review and Meta-Analysis of Observational Studies*, „Nutrients” 2024/16(7), 986, <https://doi.org/10.3390/nu16070986>

robią wrażenie i nie pozostawiają wątpliwości odnośnie do prozdrowotnych właściwości soi. W przeciwieństwie do słów profesor Cichosz, które potwierdzenia w pracach naukowych nie mają.

O co chodzi z tym spiskiem?

Pseudonaukowe przekazy charakteryzują się używaniem wielu trudnych słów, liczb i statystyk, które okazują się nieprawdziwe. Pogrążają nas w zamęcie i mają wzbudzić zaufanie do autorów tych stwierdzeń, którzy zdają się wiedzieć więcej od nas. Profesor Cichosz mówi, że lekarze to mafia, a ich rekomendacje żywieniowe nie mają zbyt wiele wspólnego z prawdą. Według niej jest to spisek dążący do maksymalizacji zysków środowisk medycznych. Profesor Cichosz twierdzi, że cholesterolowa teoria miażdżycy została wylansowana bez odpowiednich dowodów naukowych. Potwierdzenia tych słów brak. Redaktor Rymanowski również nie pali się do zapytania o wyjaśnienie i dowody na te stwierdzenia.

Nie ma mowy o spisku środowisk medycznych, jeśli coś zostało naukowo wielokrotnie potwierdzone – zaznacza doktor Jeżewski. – Nadmiar cholesterolu i niektórych lipoprotein w niepodważalny sposób sprzyja postępowaniu procesu miażdżycowego. Miażdżycą to przewlekła i skomplikowana choroba, z wieloma elementami wpływu, jednak cholesterol jest jednym z indywidualnych i niezależnych czynników ryzyka. Stanowisko pani profesor stoi w kontrze do stanowiska lekarzy na całym świecie, do konsensusu naukowego opartego na setkach badań.

Temu samemu spiskowi profesor Cichosz przypisuje lansowanie margaryny kosztem, jej zdaniem zdrowego, masła. O ile żadne oleje w zbyt dużych ilościach i skoncentrowanej formie nie są zdrowe, przekonanie, że oleje roślinne są szkodliwe, nie znajduje potwierdzenia w aktualnych wytycznych kardiologicznych. – *Przeświadczenie, że oleje roślinne są szkodliwe, to mit, który bardzo dobrze rozchodzi się w Internecie – mówi Iwona Kibil, dietetyczka. – Tymczasem produkty odzwierzęce bogate w nasycone kwasy tłuszczowe, jak smalec, boczek czy masło, mają właściwości prozapalne. Przyczyniają się do podwyższenia poziomu cholesterolu LDL, potocznie nazywanego „złym”, i zwiększają ryzyko chorób sercowo-naczyniowych. – Viralowe materiały w Internecie przypisują toksyczne właściwości olejom roślinnym i zachęcają do zastępowania ich tłuszczami zwierzęcymi. – Jest wręcz na odwrót – dodaje tymczasem Iwona Kibil. – Liczne badania wskazują, że zastąpienie tłuszczów nasyconych tłuszczami nienasyconymi, w tym wielonienasyconymi kwasami tłuszczowymi obecnymi w olejach roślinnych, obniża ryzyko chorób układu krążenia.*

Używanie autorytarnego głosu i emocjonalnych stwierdzeń, typu „przekręt”, „spisek” i „mafia”, bez podawania wyjaśnień czy dowodów naukowych, to kolejne książkowe punkty pseudonaukowych narracji. – *Mnie zapala się czerwona lampka, jak tylko słyszę taki ton głosu u rozmówcy – mówi dr. Paulina Mozolewska, doktorka nauk biologicznych oraz dziennikarka naukowa. – Zbyt pewny siebie, przekonany o własnym zdaniu, o spisku tych, którzy uważają inaczej. Prawdziwi naukowcy są pokorni wobec swej wiedzy. Mają świadomość, jak ciężko potwierdzić coś ze stuprocentową pewnością i jak ostrożnie trzeba ważyć słowa.*

Gdy cudze opinie kształtują nasze wybory

Każdy ma prawo do własnej opinii, ale nie do własnych faktów – w 1983 roku słowa te wypowiedział Daniel Patrick Moynihan, amerykański dyplomata i polityk Partii Demokratycznej. Ciekawe, jak mocno wybrzmiewają dekady później, w dobie potęgi informacyjnej Internetu. Tezy niezgodne z dyskursem naukowym, głoszone przez reprezentantkę środowisk naukowych, są świadectwem nie wolności słowa, lecz dezinformacji. Według definicji jest to celowy i intencjonalny proces dystrybucji fałszywych lub wprowadzających w błąd informacji. Pytanie, czemu dziennikarz prowadzący wywiad na tę dezinformację pozwolił?

Zawsze przed rozmową weryfikuję rozmówcę. Jeżeli ktoś posługuje się teoriami niezgodnymi z wiedzą naukową, wypowiada kontrowersyjne i niepotwierdzone tezy, od razu go odrzucam – dodaje dr. Paulina Mozolewska. Według niej nie chodzi o to, jak radzić sobie z takim rozmówcą w czasie wywiadu i jak na bieżąco weryfikować jego stwierdzenia. – Chodzi o to, że my, dziennikarze, mamy obowiązek wybierać rzetelnych rozmówców do tak ważnych tematów, jak nasze nawyki żywieniowe i związana z tym wiedza medyczna. Musimy czuć na sobie brzemień tej odpowiedzialności. To pomaga nam w sprawnym posługiwaniu się orężem prawdy.

Ta odpowiedzialność dziennikarska musi być tym większa, gdy wiemy, że przekazy medialne będą kształtować wybory żywieniowe przyszłych pokoleń. Nie mówimy tu o stale zmieniających się trendach mody czy aranżacji wnętrz. Konsekwencje pojawiania się różnych opinii w tej sprawie w mediach społecznościowych nie będą tak poważne, jak w przypadku kreowania nawyków żywieniowych. Trendy internetowe wpłyną na nasze wybory, a zdrowotne konsekwencje tychże odczujemy po latach.

Badania² przeprowadzone w Stanach Zjednoczonych w 2025 roku pokazały, że 72% osób w wieku 18–27 lat czerpie pomysły na posiłki z platform takich jak TikTok i Instagram. Trendy mediów społecznościowych, tworzone często przez osoby bez kwalifikacji medycznych, wpływają na wybory żywieniowe ich odbiorców.

W Polsce ciekawe wnioski zaprezentował raport z badań przeprowadzonych przez Fundację More in Common Polska wśród młodzieży szkół ponadpodstawowych na zlecenie Green REV Institute³. Według autorów badań popularność wśród młodych ludzi w tej chwili zdobywa białko. Produkty wysokobiałkowe zyskały zainteresowanie, ponieważ kojarzą się z lepszą sylwetką, większą siłą, poczuciem atrakcyjności. Przywodzą na myśl głównie nabiał i mięso. Badania pokazały również, że diety wegetariańska i wegańska są postrzegane przez młodzież jako wymagające, pozbawione przyjemności, wygody i wartości odżywczych.

Dlatego też niezwykle ważne jest promowanie składników roślinnych, w tym roślinnych źródeł białka, jako prozdrowotnych, tanich i łatwo dostępnych wyborów. Białka roślinne mają mniej tłuszczu i mniejszą gęstość kaloryczną niż mięso, a jednocześnie zawierają bardzo ważny składnik naszej diety – błonnik. A co ze stwierdzeniem, że białko roślinne ma niską wartość? – *Mit o niewystarczającej wartości odżywczej białka roślinnego to klasyczny przykład nieporozumienia, które nadal pokutuje w społecznym odbiorze diety roślinnej* – mówi dietetyczka Iwona Kibil. – *Choć pojedyncze produkty roślinne mogą nie zawierać kompletu wszystkich aminokwasów egzogennych, to w codziennym jadłospisie naturalnie łączymy różne składniki: zboża, rośliny strączkowe, warzywa – dostarczając sobie pełnowartościowe białko.*

Praca naukowa⁴ z 2020 roku przedstawiła syntezę 32 prospektywnych badań kohortowych [red.: długoterminowe obserwacje grup osób w celu analizy wpływu czynników ryzyka na zdrowie]. W okresie trwającym od 3,5 do 32 lat przyjrano się ponad 715 000 uczestników. Wnioski pokazały, że spożycie białka roślinnego było istotnie związane z niższym ryzykiem śmiertelności ze wszystkich przyczyn i śmiertelności z powodu chorób układu krążenia. Dodatkowe 3% energii pochodzącej z białek roślinnych dziennie wiązało się z 5-procentowym niższym ryzykiem zgonu ze wszystkich przyczyn.

² Gen Z relies on social media for meal planning, new survey shows, „New York Post”, 5th of August 2025.

³ <https://bezpiecznazywnosc.org/2025/09/25/magazyn-beezpieczna-zywnosc-nr-2/>

⁴ S. Naghshi, O. Sadeghi, W.C. Willett, A. Esmailzadeh, *Dietary intake of total, animal, and plant proteins and risk of all cause, cardiovascular, and cancer mortality: systematic review and dose-response meta-analysis of prospective cohort studies*, BMJ 2020, 370, m2412, <https://doi.org/10.1136/bmj.m2412>

Wolność słowa czy dezinformacja?

Pytam o zdanie na temat dezinformacji żywnościowej doktora Tomasza Jeżewskiego. Sam jest aktywny w mediach społecznościowych, prowadzi kanał na YouTube. Myślę, że doktor Jeżewski, ponieważ sam posługuje się orężem Internetu, ma dodatkowy wgląd w mechanizmy działania pseudonaukowych doniesień. Na początku odpowiedzi przywołuje prawo Brandoliniego, zwane również prawem asymetrii bzdur, maksymę opracowaną w 2013 roku przez włoskiego programistę. – *Chodzi o to, że ilość energii potrzebna do obalenia bzdury zagnieżdżonej w Internecie jest o rząd wielkości większa niż energia potrzebna do wypuszczenia tej bzdury w obieg* – tłumaczy. Ma to sens. Ja, dziennikarka, spotykam się z doktorem nauk medycznych i nasza półtoragodzinna rozmowa jest tylko częścią mojej pracy włożonej w przygotowanie tego artykułu. Doktor Jeżewski sam opublikował dwa filmy video na swoim kanale internetowym, w których obnaża mity udostępnione w rozmowie z profesorem Cichosz. Takich materiałów weryfikujących ukazało się w polskich mediach znacznie więcej. Wywiady, artykuły, analizy naukowe – wysiłek włożony w tę pracę jest niewspółmierny do krótkiego wywiadu, w którym powie się, że coś jest spiskiem, a coś jest toksyczne.

W każdej debacie publicznej jestem zobligowany do utrzymywania akademickiego standardu – mówi doktor Jeżewski, gdy pytam o efektywność jego i naszej wspólnej pracy. – *Oznacza to, że moje naukowe wytłumaczenie nigdy nie będzie na tyle atrakcyjne i viralowe, co bazowanie na strachu słuchaczy i oskarżenia rzucone na ślepo.* – Badania neurologiczne potwierdzają, że teorie spiskowe i dezinformacja mogą aktywować ciało migdałowate. Ta część naszego mózgu ma za zadanie wykrywać zagrożenia i inicjować reakcję „walczyć lub uciekać”. Kiedy słyszymy teorie spiskowe – często dotyczące ukrytych niebezpieczeństw, przekrętów i wrogów – nasz mózg traktuje te informacje jako zagrożenie i wywołuje reakcje emocjonalne. Mój artykuł, jakkolwiek bym się nie starała, takiej reakcji nie wywoła, więc emocjonalna wartość tłumaczenia bzdur będzie nieporównywalnie mniejsza. Lata badań naukowych nikną w obliczu viralowych treści zamieszczonych w Internecie, w których ktoś powie, że soja jest toksyczna, a lekarze i ich rekomendacje to mafijny spisek. Postęp naukowy potrafi pójść w piach w parę minut, to smutne.

Soja ziarnem niezgody

Wiele pseudonaukowych stwierdzeń ma zaczepienie w prawdzie i od niej rozpoczyna przekaz. Sprawia to, że niewprawionemu odbiorcy trudniej je zweryfikować i łatwiej w nie uwierzyć. Za przykład możemy wziąć wypowiedź profesora Cichosz o soi genetycznie modyfikowanej. Przy całym zamęcie, wykreowanym przez lata dezinformacji, najłatwiej jest straszyć soją GMO, a trudniej wyjaśnić, na czym polega sedno sprawy. Wielokrotne badania przeprowadzone

przez najbardziej renomowane instytuty, takie jak Światowa Organizacja Zdrowia (WHO), Polska Akademia Nauk czy Europejski Urząd ds. Bezpieczeństwa Żywności (EFSA) zgodnie podały, że soja genetycznie modyfikowana jest całkowicie bezpieczna do konsumpcji i ma taki sam wpływ na nasze zdrowie jak jej niemodyfikowany genetycznie odpowiednik. Mało tego, WHO podkreśla⁵, że żywność modyfikowana genetycznie dostępna obecnie na rynku jest tak samo bezpieczna jak żywność konwencjonalna i nie wykazano żadnych negatywnych skutków zdrowotnych wynikających z jej spożywania przez ogół społeczeństwa.

Jednak większość genetycznie modyfikowanej soi nie jest przeznaczona do naszej bezpośredniej konsumpcji, a jej zła reputacja ma inne podstawy. Problemy są zakorzenione w jej niezrównoważonej produkcji, która przyczynia się do łamania praw człowieka, wylesiania oraz nieposzanowania praw własności ziemi. Najwięksi światowi producenci soi to USA, Brazylia i Argentyna, a większość naszego krajowego importu pochodzi z tych dwóch południowoamerykańskich krajów. Wiele śledztw dziennikarskich ujawniło naruszenia praw człowieka i praktyki szkodliwe dla środowiska przy uprawach soi na terenie tych gigantów przemysłu. Jej masowa produkcja, mająca na celu zaspokojenie rosnącego popytu na zagranicznych rynkach, jest odpowiedzialna za wycinkę lasów amazońskich i nieposzanowanie praw własności rdzennych mieszkańców tych terenów. Ujawniały to liczne śledztwa, chociażby organizacji Global Witness. Raport⁶ opublikowany w 2022 roku podkreśla, że to branża mięsna przyczynia się do naruszeń praw człowieka na terenie krajów Ameryki Południowej (w tym przypadku – Paragwaju), ponieważ napędza produkcję soi genetycznie modyfikowanej na pasze dla zwierząt.

Zgodnie z danymi⁷ Organizacji Narodów Zjednoczonych do spraw Wyżywienia i Rolnictwa z 2022 roku produkty do bezpośredniej konsumpcji – typu tofu, tempeh i napój sojowy – stanowiły jedynie około 4% światowej konsumpcji soi. Nawet jej 80% było przeznaczone na pasze dla zwierząt. Paradoksalnie więc to branża mięsna napędza niezrównoważoną i masową produkcję soi, natomiast mylne komunikaty skutkują złą reputacją diety roślinnej i krytyką sojowych produktów przeznaczonych do bezpośredniego spożycia. Mamy do czynienia z pomieszaniem pojęć i zonglowaniem terminami w celu wzbudzenia sensacji.

Jeśli chodzi o produkty roślinne, większość produktów sojowych znajdujących się na sklepowych półkach pochodzi z ziaren niemodyfikowanych genetycznie oraz w dużej mierze z upraw europejskich.

⁵ Zob. <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/food-genetically-modified#:~:text=The%20GGM%20products%20that%20are,usually%20based%20on%20Codex%20documents>

⁶ Global Witness, *Toxic Takeaways: How Europe's meat industry drives human rights abuses in Paraguay*, December 2022, Global Witness, https://gw.hacdn.io/media/documents/Toxic_takeaways_EN_-_December_2022.pdf

⁷ H. Ritchie, P. Rosado, M. Roser, *Soybean production and use*, Our World in Data (Global Change Data Lab), <https://ourworldindata.org/grapher/soybean-production-and-use>

Niepewność konsumentów wobec żywności GMO oraz obowiązek oznaczania jej zawartości na etykietach sprawiły, że producenci zaczęli szukać surowców pochodzących z lokalnych i ekologicznych upraw. Decyzje te miały na celu nie tylko spełnienie wymogów prawnych, lecz także odpowiadanie na rosnące zapotrzebowanie klientów na produkty postrzegane jako bezpieczne, naturalne i wspierające regionalnych rolników.

Temat soi jest częstym przedmiotem dezinformacji, a jednak jest niezwykle ciekawy i zasługuje na lepsze omówienie w mediach. Nierównoważona produkcja soi genetycznie modyfikowanej na świecie to jedno z największych wyzwań naszych czasów i jednocześnie świadectwo systemowych problemów na rynku żywności. Krajowy rynek i nieobecne strategie bezpieczeństwa żywnościowego nie wspierają lokalnych upraw pasz białkowych. Polscy hodowcy zwierząt importują więc śrut sojowy z upraw w Ameryce Południowej, gdyż niższe ceny pomagają zapewnić przewagę konkurencyjną.

Zdrowotne ryzyko polskiego mięsa

Co do samego mięsa, to profesor Cichosz w wywiadzie mówi, że jego jakość znacznie się pogorszyła. Jednocześnie promuje dietę mięsną jako najlepszą dla mózgu. Jak wygląda nasz krajowy rynek hodowli zwierząt? Zwierzęta biegające po zielonych łąkach są rzeczywistością tylko z obrazka i być może byłyby spotykane częściej, gdyby krajowa polityka żywnościowa silniej wspierała małych i ekologicznych hodowców. Tymczasem według danych z 2024 roku Polska jest największym producentem mięsa drobiowego w Europie (odpowiada za około 21% europejskiej produkcji), na czwartym miejscu w produkcji jaj oraz trzecim w produkcji wieprzowiny⁸. Farmy przemysłowe, charakteryzujące się dużą koncentracją zwierząt, nie mogą zapewnić dobrostanu zwierzętom gospodarskim, a co za tym idzie – dobrej jakości mięsa jego konsumentom. Przemysłowa hodowla zwierząt jest nastawiona na maksymalizację zysków z produkcji przy jednoczesnym jak najniższym zużyciu surowców, którymi są czas, pokarm i przestrzeń dla zwierząt.

Polska, będąca liderem produkcji mięsa w Europie, przoduje w jeszcze innych statystykach – znajdujemy się w europejskiej czołówce wykorzystania antybiotyków w hodowli zwierząt. Europejska Agencja Leków opublikowała niedawno raport⁹ dotyczący sprzedaży i stosowania środków przeciwdrobnoustrojowych w weterynarii na terenie Europy. Według niego w roku 2023 Polska była na drugim miejscu w bezwzględnej sprzedaży antybiotyków na użytek weterynaryjny i na trzecim miejscu w przeliczeniu na miligramy substancji na kilogram zwierząt.

⁸ Zob. <https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/SEPDF/cache/27963.pdf>

⁹ *European Sales and Use of Antimicrobials for Veterinary Medicine (ESUAVet). Annual surveillance report for 2023*, EMA/CVMP/ESU-AVET/80289/2025, European Medicines Agency, Luxembourg, 2025, ISBN 978-92-9155-141-5, doi:10.2809/4487470, https://www.ema.europa.eu/en/documents/report/european-sales-use-antimicrobials-veterinary-medicine-annual-surveillance-report-2023_en.pdf

Przepisy Unii Europejskiej zabraniają profilaktycznego wykorzystywania antybiotyków i pozwalają na podawanie ich jedynie w przypadku chorób. Problem jednak polega na tym, że w fermach z dużym zagęszczeniem zwierząt choroby rozprzestrzeniają się w mgnieniu oka i antybiotyki są jedynym sposobem na ugaszenie ognisk choroby. Co to oznacza dla konsumentów? Bakterie w stałej obecności antybiotyków robią się z czasem odporne na działanie tych substancji czynnych. Tak zwana antybiotykooporność została zdefiniowana przez Światową Organizację Zdrowia jako jedno z największych wyzwań zdrowotnych naszych czasów. Uodparnianie się szczepów bakterii na substancje medyczne jest zjawiskiem znanym od lat, jednak zostaje ono przyspieszone w wyniku wzmożonego podawania tych substancji w praktyce medycznej oraz weterynaryjnej.

Liczne śledztwa dziennikarskie i naukowe udowodniły obecność dużej ilości środków przeciwdrobnoustrojowych w wodach gruntowych wokół ferm drobiu. W ramach śledztwa dziennikarskiego¹⁰, w którym miałam okazję uczestniczyć w 2023 roku, badaliśmy próbki wody pobrane wokół ferm drobiu w województwach lubelskim i mazowieckim. Badania wskazały na obecność bakterii odpornych na antybiotyki z grupy fluorochinolonów we wszystkich pobranych próbkach. Fluorochinolony to jednocześnie leki powszechnie stosowane w ciężkich przypadkach zakażenia bakterią Salmonella. Odporność bakterii Salmonella na te leki prowadzi do sytuacji, w których pacjenci w szpitalach są nieefektywnie leczeni, co może prowadzić do powikłań, a nawet śmierci. Jest to więc błędne koło przemysłu mięsnego, którego praktyki działania i zagęszczenie produkcji sprzyjają powstawaniu ognisk chorób, które następnie będzie nam coraz trudniej leczyć.

Obrazek polskiego rolnika na zielonej łące, dbającego o swoją trzodę, jest zakorzeniony w naszej tradycji. Tyle że te zwierzęta najczęściej nie ujrzą światła słonecznego, a ich hodowla w krótkich i zmechanizowanych cyklach nie przypomina już tradycyjnych praktyk. Na koniec dnia zwierzęta, tak zwany żywiec, są sprzedawane do dużych spółek przetwórstwa mięsnego, z których duża część to giganci z międzynarodowym kapitałem.

Nauka w epoce mediów społecznościowych

Nasze mózgi chcą biało-czarnych odpowiedzi. Co do zasady łatwiej nam przyjąć proste treści, które klarownie mówią, jak jest – mówi dziennikarka naukowa dr. Paulina Mozolewska. – Gdy te proste komunikaty dodatkowo odnoszą się do naszych obaw czy wątpliwości, czujemy się wysłuchani. Z pewnością trochę bardziej niż gdy czytamy suche naukowe przekazy. – I na tym właśnie zdaje się polegać pułapka pseudonaukowych treści. Wreszcie ktoś dostrzegł nasze lęki i się do nich odniósł.

¹⁰ <https://www.theguardian.com/environment/2023/jun/20/uk-supermarket-suppliers-chickens-given-antibiotics-critical-for-humans>

Pytam o etykę w mediach dr. hab. Jana Pleszczyńskiego, dziennikarza, publicystę zajmującego się etyką dziennikarską. Z przykrością stwierdza, że temat etyki zawodowej w kontekście współczesnych mediów jest bardzo trudny do omówienia, chociażby dlatego, że zatarły się ramy zawodu dziennikarza. – *Współcześnie nie ma już progów wejścia do mediów. W epoce cyfry każdy może uważać się za dziennikarza i się za takiego podawać w przestrzeni publicznej. Te zewnętrzne warunki, środowisko medialne i komunikacyjne sprawiają, że dezinformacja tak łatwo się szerzy* – mówi dr hab. Pleszczyński. – *Najgorsze w tym wszystkim jest to, że – jak przypuszczam – wielu dziennikarzy rozpowszechnia dezinformację w dobrej wierze, bo sami głęboko są przesiąknięci teoriami spiskowymi i brakiem zaufania do ustaleń nauki. Świadome kłamstwo czy świadoma manipulacja jest oczywiście w dziennikarstwie grzechem ciężkim, no ale co zrobić, jeśli dziennikarz sam wierzy w różne antynaukowe mity?*

Zdaje się, że kwestia etyki zawodowej pozostaje w sumieniach samych dziennikarzy. Pokładam wiarę w redaktorach naukowych i ich poczuciu odpowiedzialności, szczególnie w tak ważnych tematach, jak nasze zdrowie. – *Proszę jednak nie myśleć, że dziennikarze naukowci nie są narażeni na klikalność* – dodaje dr. Paulina Mozolewska. – *Nauka nauką, ale redakcje chcą, by tekst się czytał, więc tytuły i narracje również muszą być odpowiednio chwytliwe.*

Pytam ją, jak wygląda dziennikarstwo naukowe w dobie mediów społecznościowych. Zastanawia mnie, czy łatwy dostęp do informacji, a czasem jedynie splotanych przekazów, viralowych treści i pseudonauki przekazywanej przez samozwańczych ekspertów zagraża faktom. Odpowiada, że jest to pociąg nie do zatrzymania i naukowcy muszą myśleć o tym, jak do niego wsiąść.

Traktowanie mediów społecznościowych jako zagrożenia to dosyć archaiczne myślenie – mówi. – *Podstawą nauki jest aktualizacja założeń na podstawie nowych informacji. W tej chwili musimy zaktualizować metody przekazu nauki w oparciu o zmianę paradygmatu naszej rzeczywistości.*

Pytanie, w jaki sposób nauka może znaleźć tam dla siebie wygodne miejsce, atrakcyjne dla kolejnych pokoleń, które coraz więcej informacji czerpią z Internetu. – *Brak głosu, to głos przegrany* – mówi dr Tomasz Jeżewski, podkreślając, jak ważna jest obecność przekazów naukowych w debacie publicznej toczącej się w Internecie. Po chwili dodaje: *Gdy nauki tam nie będzie, jedyne co ludzie będą widzieli w takich debatach, to pseudonaukowe i manipulacyjne treści, niestety dotyczące wrażliwych sfer naszego życia, jak szeroko rozumiane zdrowie.* – Jeżewski mówi, że chętnie sam wziąłby udział w tego typu wywiadach, jak Rymanowski – Cichosz właśnie po to, by stanowić kontrgłos w debacie. Z przykrością stwierdza jednak, że jego zdaniem kontrgłos nie jest tam mile widziany.

Mam wrażenie, że rozmowa Rymanowski – Cichosz może być pretekstem do rozważenia konsekwencji nieprawdy. Nie chodzi tu o samą profesor Cichosz, ona jest jedną z wielu orędowniczek sensacji, którym Internet dał własne medium. Chodzi o naszą umiejętność wyłowienia dezinformacji, manipulacji czy nieścistości, szczególnie wtedy, kiedy ubiera się ją w szaty nauki. Być może to edukacja medialna od wczesnych klas szkolnych może w tym pomóc. Edukacja, która nauczy nas, jak weryfikować fakty, szukać prawdy i myśleć krytycznie.

Bogdan Rymanowski odniósł się do kontrowersji po opublikowanym wywiadzie tylko w jeden sposób. Na swoim profilu na platformie X nawiązał do wolności słowa i powiedział, że każdy zasługuje na wysłuchanie. Poprosiłam redaktora Rymanowskiego o komentarz w sprawie skandalu wywołanego opublikowanym materiałem. Zastanawiałam się, czy słyszał o prawie Brandoliniego. Zapytałam go o to, czy zdawał sobie sprawę z nieprawdziwych informacji pojawiających się w rozmowie, czy poddał weryfikacji stwierdzenia profesor Cichosz oraz o to, czy nie pomylił wolności słowa z dezinformacją i wprowadzaniem widzów w błąd. Odpowiedzi do dziś nie dostałam.

Agata Aransay-Skrzypczyk – ekonomistka i dziennikarka specjalizująca się w tematach związanych ze środowiskiem i zrównoważonym rozwojem. Bada nie zrównoważoną produkcję drobiu w Europie i jej wpływ na antybiotykooporność. Laureatka Transatlantic Media Fellowship, w ramach której opisywała transformację energetyczną w amerykańskim Midwest. Publikowała w „The Guardian” oraz największych polskich czasopismach.





EUROPEAN
FEM
INSTITUTE

64% KOBIEC

**MIESZKAJĄCYCH W POLSCE MA
KONTAKT Z CYBERPRZEMOCĄ
WOBEC KOBIEC**

 feminstitute.eu

 [European Fem Institute](https://www.facebook.com/EuropeanFemInstitute)

 [@institute_fem](https://www.instagram.com/@institute_fem)

