

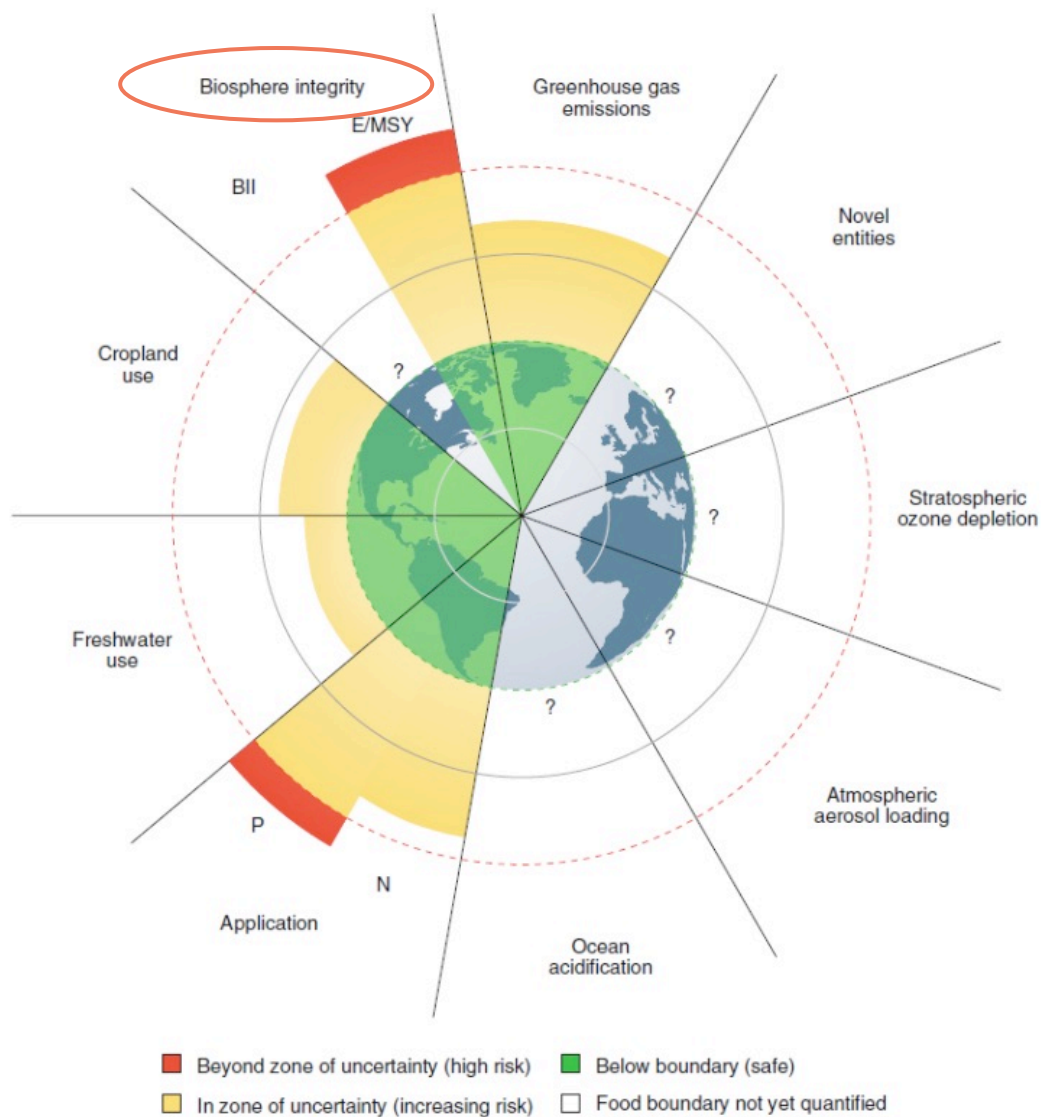
Ruokavalintojen hitaat ja nopeat muutokset. Polkuja luontokadon pysäyttämiseen.

Saska Tuomasjukka, erikoistutkija

Ravitsemus- ja ruokatutkimuskeskus, TY

21.3.2024

Ruokajärjestelmän vaikutus planetaarisiin rajoihin



Rockström, Johan, et al.
"Planet-proofing the global food system."
Nature Food 1.1 (2020): 3-5.

BIODIFUL

fysiologia

YKSILO

hedonismi

identiteetti

*talous
rituaali*

regiimi

YHTEISÖ

sosiokulttuurinen
normi

#BIODIFUL

*Meidän ruokavalintamme eivät ole
meidän ruokavalintojamme.*

*Ruokavalinnat ovat
ruokajärjestelmän puitteissa
tapahtuvia fysiologis-hedonistisia
identiteettirituaaleja, jotka
ylläpitävät nykyistä ja rakentavat
tulevaisuuden ruokajärjestelmää.*

BIODIFUL

Ruokarituaali työpaikalla

- ▶ Sosiaalinen ja toistuva ruokailu hyvin rajoitetun valikoiman äärellä
- ▶ Ideaalinen sekä tutkimukselle että ruokavalintojen muuttamiselle
- ▶ Lounasruokala Flavoria
 - ▶ Tutkimuslounasravintola Turun yliopiston lääketieteellisessä tiedekunnassa, 1000 päivittäistä aterialla
 - ▶ Automaattisesti aterian osat punnitseva itsepalvelulinjasto, joka identifioi ruokailijan

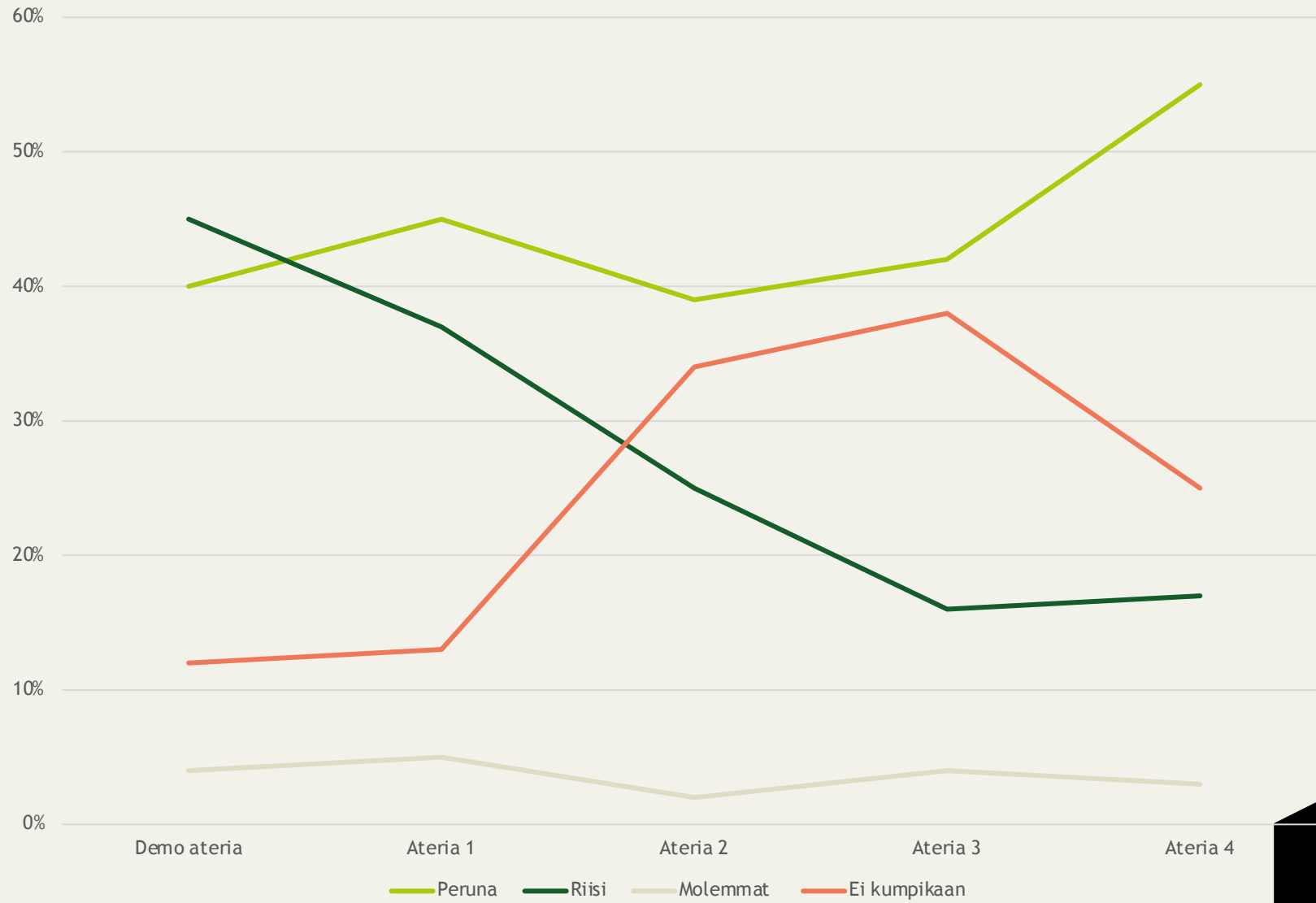
Työpaikkalounaan kestävöittäminen

- ▶ Vaikuttamiskeinot (→kuluttaja←)
 - ▶ Informaatio eri kanavista ja eri painotuksilla
 - ▶ Toisto
 - ▶ Tarjonta
- ▶ Toteutus
 - ▶ 250 henkeä x 5 ruokailua
 - ▶ Luontojalanjälkilaskenta (LCA)
- ▶ Tavoitteet
 1. Hävikki
 2. Kestävämmät lisäkevalinnat
 3. Kasvisruoka vs. liharuoka

Havainnot: hävikki

Hävikin vähentämisellä on rajansa. Syntyykö hävikki jo lautasta täytettäessä? Onko hävikki ylipainoisen yhteiskunnan tulos?

Lisäkkeen valitseminen aterikerroilla



#BIODIFUL

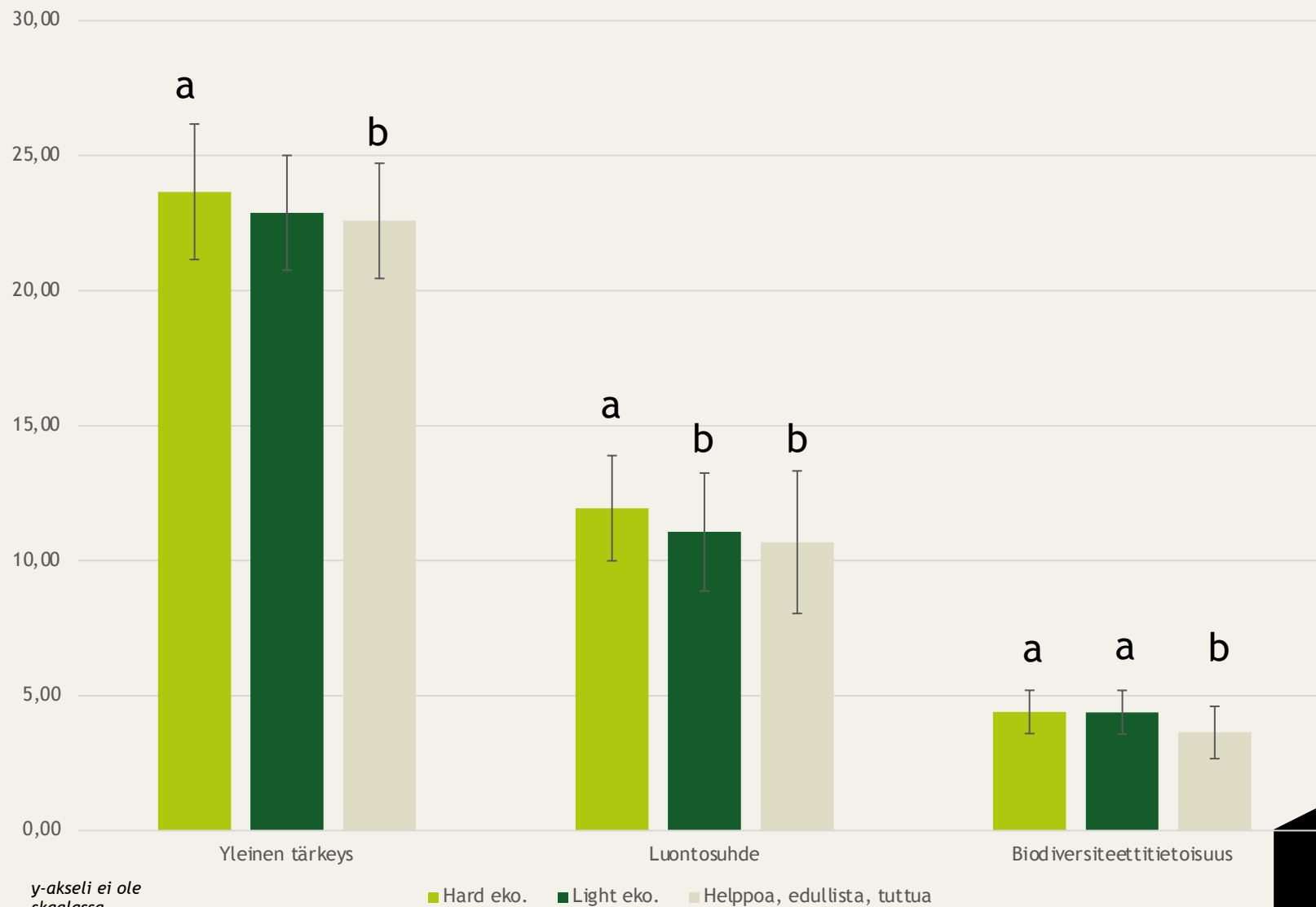
BIODIFUL

Muutos eri kuluttajaryhmissä

- ▶ Ryhmät
 - ▶ **Hard eco:** ekologisuus erittäin tärkeää
 - ▶ **Light eco:** ekologisuus vain yksi tekijä ruokavalinnoissa
 - ▶ **Helppoa ja edullista** sen olla pitää
- ▶ **Tulos: EI EROJA!** Sama muutos tapahtui kaikissa ryhmissä.

Kuluttajien jako ryhmiin tehty käyttäen samaa kyselykokonaisuutta kuin Uusitalo & Rouhiainen

Luonto ja biodiversiteetti



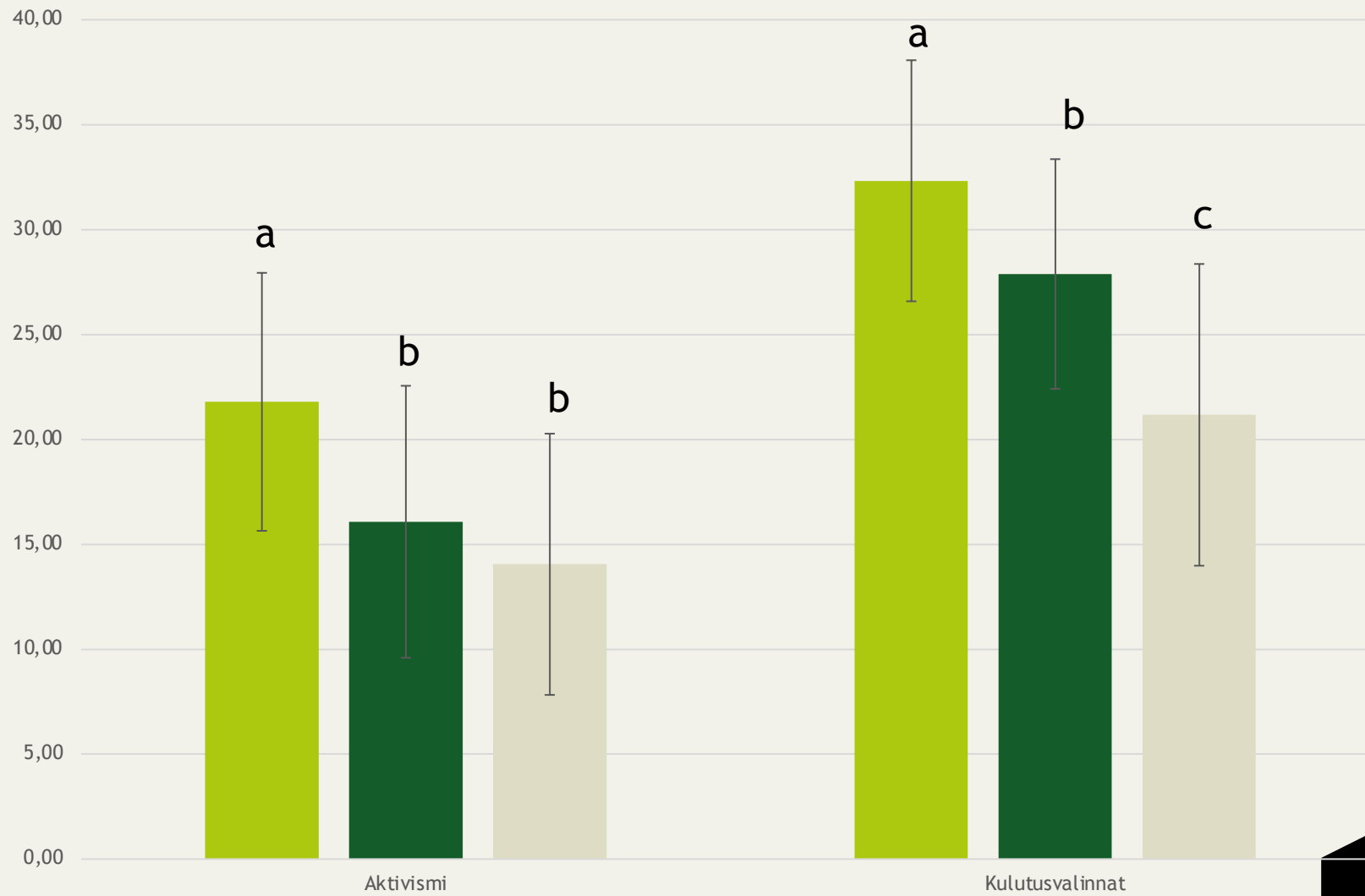
y-akseli ei ole skaalassa

■ Hard eko. ■ Light eko. ■ Helppoa, edullista, tuttua

#BIODIFUL

BIODIFUL

Kestävän kulutuksen käytänteet



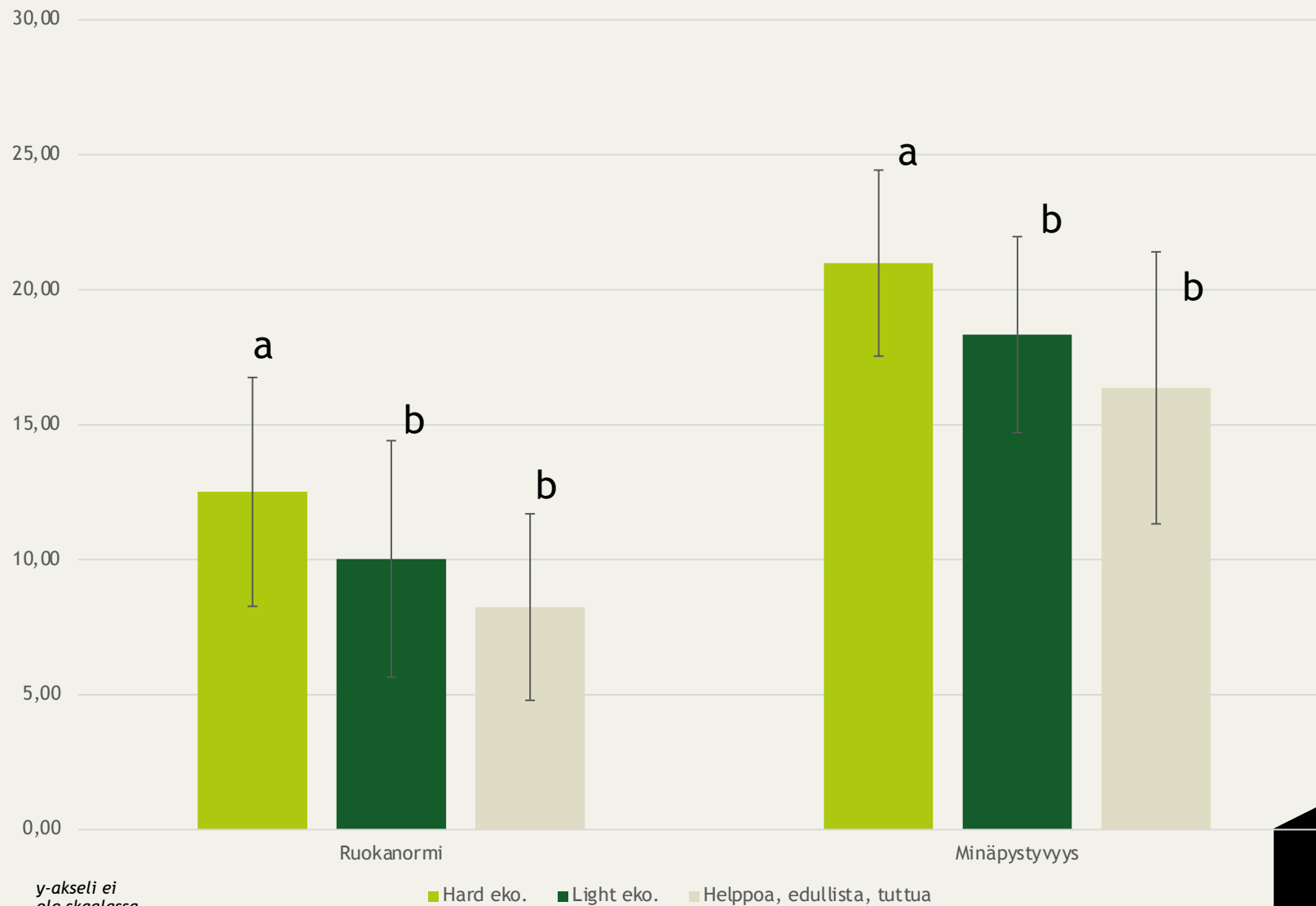
y-akseli ei ole skaalassa

■ Hard eko. ■ Light eko. ■ Helppoa, edullista, tuttua

#BIODIFUL

BIODIFUL

Normit ja minäpystyvyys



y-akseli ei ole skaalassa

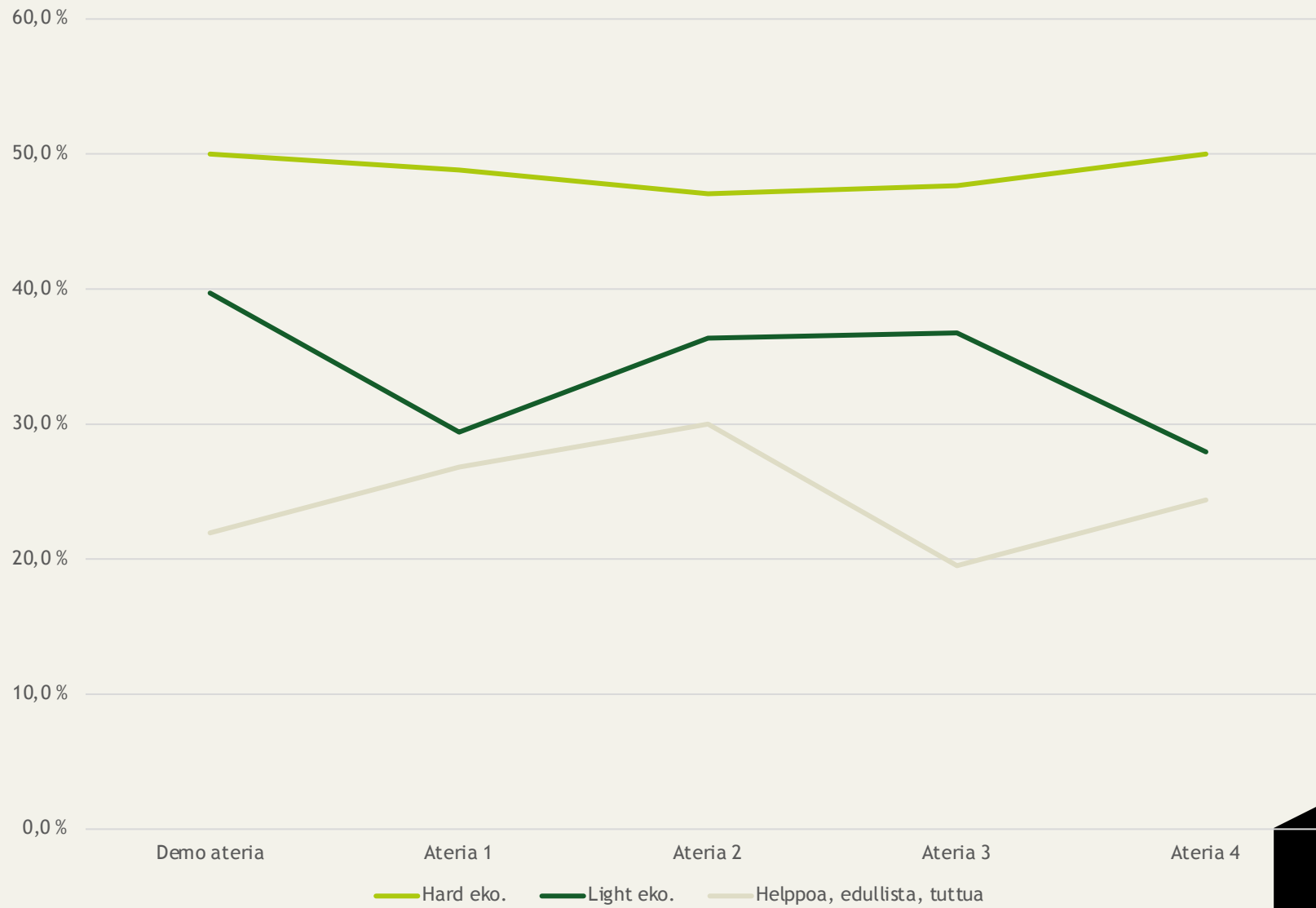
#BIODIFUL



Havainnot: kestävät lisäkevalinnat

Helpot muutokset ovat helppoja. Kuluttajien tietoisuus tai sitoutuminen puheessa kestäväyteen ei ennusta muutosvalmiutta. Miten tunnistaa helppo?

Valittu kasvisruoka (vegaaninen tai vegetaristinen)



#BIODIFUL

BIODIFUL

An aerial photograph of a forest. A road curves through the middle of the image. The forest is dense with various shades of green. On the right side, there is a large, irregular orange outline that highlights a specific area of the forest. The text is overlaid on the image in white.

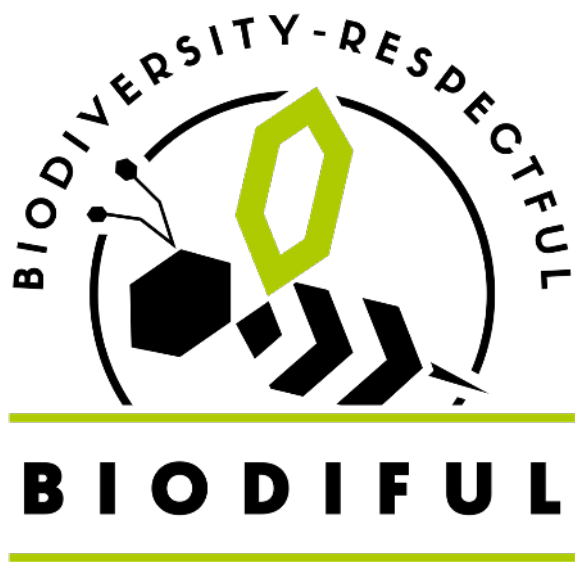
Havainnot: kasvis- vs. liharuoka

Vaikeat muutokset ovat hitaita.

Ruokavalintojen nopea kestäväyttäminen luontokadon pysäyttämiseksi?

- ▶ Vertikaaliset muutokset
 - ▶ Nopeat ja merkittävät muutokset tuoteryhmän sisällä täysin mahdollisia.
 - ▶ Luonnon köyhtymisen pysäyttämiseksi tärkeitä!
 - ▶ Arvoneutraaleja ja ruokajärjestelmästä riippumattomia?
- ▶ Horisontaaliset muutokset
 - ▶ Ruokavaliosta toiseen siirtyminen on työlästä ja hidasta.
 - ▶ Vuoteen 2030 mennessä ei merkittäviä ruokavaliomuutoksia näköpiirissä.
 - ▶ Arvo- ja järjestelmäsidonnaisia?
- ▶ Luonnon köyhtymisen pysäyttäminen →2030?
 - ▶ Suurin potentiaali vertikaaleissa muutoksissa.
 - ▶ Tunnistettava ja jalkautettava.





Kiitos!

