

주 1일 채식이 세상을 바꾼다.

기후변화와 생물다양성, 삼림벌채

기아와 물, 토지 등 자원문제

햄버거의 실제가격과 건강



인류의 장기간 지속가능성을 위협하는 가장 중대한 것 중 사람들이 인식하지 못한 것이 있는데 육류의 과다소비가 바로 그것이다.
-영국 지속가능발전위원회 포리트 의장

◆ 1 주일에 하루! 고기를 안 먹으면?



차 500만대 스톱효과(영국)



온실가스 배출량 억제
(1인당 2268kg의 CO2감축)



물부족 문제 해결
(1인당 13만 2천 4백 리터 절약)



축산업의 기후변화 기여도 51% 이상
(2009월드워치보고서)



육류만 줄여도 2℃억제, 기후비용 50% 절감
채식하면 80% 절감 (네덜란드 환경부)



세계곡물 38%를 가축사료로 사용



생물다양성 손실 60%이상 예방
(네덜란드 환경부 2010)



축산업이 자동차, 비행기, 선박, 철도 등 전 세계 교통수단을 합친 것보다 40% 더 온실가스 배출. 자동차 사용을 절반으로 줄이는 것보다 고기소비를 반으로 줄이는 것이 지구온난화를 막는 데 효과적이다.

- 유엔 IPCC 파차우리 의장

인류가 오늘날 육류생산의 25%만 줄이더라도 코펜하겐에서 세계가 감축하고자 하는 목표에 거의 도달할 수 있다.

- 월드워치 연구소 2009

1970년 이후 사라진 열대우림의 70%는 축산업 때문이다. 채식을 하면 생명의 보고이자 지구의 허파인 열대우림을 지킬 수 있다.

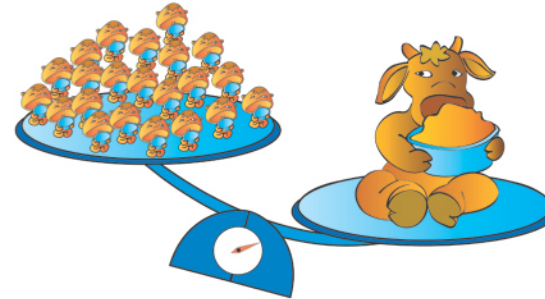
- 유엔 FAO, 그린피스

전세계인들이 육류만 줄여도 지구 평균 기온을 섭씨 2℃ 이하로 묶어 두는 데 드는 기후비용의 50%를 절감하고 완전채식을 하면 80%를 절감할 수 있다. 육류를 줄이거나 채식하는 것은 기후완화목표를 달성하는 가장 효율적이고 저렴한 방법이다. 이는 건강에도 좋고 자연과 생물다양성에도 큰 도움을 준다.

- 2009 네덜란드 환경부

지구 주요 생태지역 825곳 가운데 306곳이 가축사육으로 파괴되었다.

- 세계야생기금(WWF)



고기 1인분 얻을 곡물로 22명을 먹인다.

오늘날 만성적인 기아에 시달리는 사람은 13억이며 전 세계 곡물의 1/3이상이 사람이 아니라 가축들에게 주어지고 있는 것은 우리 시대의 가장 중대한, 그러나 거의 인식되어 있지 않은 문제중의 하나이다. 그리고 이 일은 토지이용과 식량배분 문제에 어떤 다른 한가지 요인보다도 더욱 심대한 영향을 끼쳐왔다.(인류에 의한 총 토지사용 중 축산업이 80%)

-세계보건기구(WHO)



고기 1끼
1200갤런



치킨 1끼
30갤런



채식 1끼
98갤런

농축산업이 전체 물 사용량의 70%를 사용하고 있으며 대부분이 육류 생산에 사용된다. 6개월 샤워하지 않는 것보다 햄버거 4개를 먹지 않거나 소고기 0.4kg을 먹지 않는 것이 더 많은 물을 절약할 수 있다.

-스톡홀름 국제물연구소



인도에서 숲을 파괴하면서 햄버거 하나를 생산하는 비용은, 보조금이 아닌 실질 생산비를 포함하면, 무려 200달러에 달한다. -세계적 환경운동가 존 로빈스 '음식혁명'

최근 5년간 10세 미만 성인병 환자(2006~2010.6)

뇌졸중	7897
당뇨병	7516
비만	2946
고혈압	2123
급성심근경색	214
총계: 2만 696명	
- 자료: 심평원	

암, 심장, 혈관계질환, 퇴행성 질환 등은 거의 대부분 채식위주 식단을 유지하는 것으로도 간단히 예방할 수 있다. 그 동안의 영양학의 무지로 인류의 비극이 생겼다.

-콜린렘벨(세계 최고의 영양학자, 미국국립암연구소의 수석교수)

적당한 운동과 채식위주의 생활로 심장병은 80% 제 2형 당뇨병은 90% 뇌졸중이나 일부 암은 70%까지 감소시킬 수 있었다.

-윌터 C. 윌렛 (하버드 의대 교수)

음식이 great food
세상을 바꾼다

식생활교육 부산네트워크

식생활교육은 국민과 정부와 함께 하는 올바른 식, 먹을거리 정립을 위한 범국민 생활실천 운동입니다. 식생활교육 국민네트워크는 식생활교육지원법에 근거하여 식생활교육을 범국민적으로 전개하기 위한 민간네트워크입니다. '건강한 국민, 녹색 식생활'이란 비전과 '환경·건강·배려를 고려한 녹색 식생활 확산'을 목표로 2009년 5월 27일 식생활교육지원법은 제정되고 국가식생활기본계획이 확정됨에 따라 식생활교육 추진을 위한 법적, 제도적 기반이 마련되었습니다.

'식생활교육 부산네트워크'는 학교 급식에서부터 국민 식생활까지 체계적인 식생활교육을 담당하며 '건강' '환경' '배려'를 키워드로 음식으로 세상을 바꿔나가는데 힘을 모으겠다는 취지로 2011년 3월에 출범하였습니다. 모두 22개 시민사회단체가 힘을 보태고 부산시와 부산시교육청 등은 협력기관으로 참여하고 있습니다. 조례제정 토론회와 주 1일 채식캠페인을 비롯하여, 패스트푸드, 수입 농산물의 위험성 등에 대한 교육, 생산자와 함께 하는 체험교육, 식사예절 등에 관한 광범위한 식생활교육을 진행할 예정이며, 학교에서 진행할 식생활교육 교재 개발을 비롯해 교사교육 등 체계적인 교육 프로그램도 만들어 나갈 계획입니다.

식생활교육 부산네트워크 www.greentable.or.kr
(614-853) 부산시 부산진구 양정 1동 (3층)
전화: 556-1799 팩스: 556-1790

(부산지역) 대한영양사협회, 생태유아공동체, 한살림, 학교영양교사회, 실과교육학회, 한농연, 학교조리사회, 생활개선부산시협회, YWCA생협, 부산시전통음식체험교육장, 친환경영농조합법인, 채식협회, 주부클럽, 우리농촌살리기, 녹색연합, 농협부산지역본부, 동래생협, 푸른바다생협, 녹색소비자연대, 시민생산자생협, 참교육학부모회 및 개인회원

목요일은 '고기없는 날' 주 1일 채식이 사람과 지구를 살립니다!

환경·건강·배려를 실천하는



식생활교육 부산네트워크
캠페인 1



Q. 주 1일 채식운동은 ?

전 세계 여러 도시, 학교에서 이미 실천중인 선진적 녹색 생활방식이다.

2006년부터 유엔은 '환경을 위한 채식'을 촉구해왔고 2010년 6월 환경의 날에 발표된 유엔보고서는 '세계가 기아와 에너지, 빈곤, 기후변화의 영향에서 살아남기 위해 채식위주 식단으로의 전환이 필수적이며 절대다수의 세계인이 채식으로 전환할 것'을 요구하고 있다.

Q. 주 1일 채식운동 도시와 학교들

유럽 의회와 영국, 스웨덴의 환경식품청은 정치적 차원에서 육류소비 감축을 적극 권장하고 있다. 벨기에 헨트시, 독일 브레멘시, 브라질 상파울로시 등은 시 전체 차원에서 주 1일 채식 운동을 전개하고 있으며, 작년 7월에는 미국의 수도인 워싱턴DC 시의회에서 주 1일 채식을 권장하는 결의안을 통과시켰다. 대만에는 2010년 4월 교육부가 각급 학교에 '주 1일 채식급식' 공문을 보낸 이후, 현재 85% 이상이 학교에서 채식급식을 실시하고 있다. 도요타와 미국 내무부(US Department of the Interior), 북미지역 정부기관과 2천여 개의 기업들은 주 1일 채식식단으로만 짜여진 급식을 제공받고 있다.

라젠드라 파차우리

(노벨 평화상을 수상한 유엔 IPCC의장)



기후변화로 인한 파국을 막기 위해 채식위주 식단의 중대한 변화는 반드시 필요하다. 곧 바로 행동을 취할 필요성과 단기간 동안 온실가스를 줄여나가는 가장 효과적인 방법이 있다면 이보다 좋은 방법은 없을 것이다. 일주일에 한번 고기를 끊어보라. 그리고 조금씩 줄여나가라. 물론 건강에도 좋다.

미국예방의학학회

축산업이 환경오염, 동물원성 질환의 발병 및 만성 질환의 증가에 결정적인 역할을 하고 있다는 점을 고려할 때 가축의 감소와 건강한 채식 위주 식사의 보급을 전 지구적인 보건정책으로 추진해야 한다.

니콜라스 스텐 경

(지구온난화 분야 최고 권위자, 스텐 보고서)



고기는 물을 낭비하고 다량의 온실가스를 배출한다. 그리고 세계 자원에 대한 어마어마한 부담을 주고 있다. 나는 엄격한 채식주의자는 아니지만 지구를 구하기 위해 육식을 포기하고 채식을 할 필요가 있다. 육류에 세금을 부여하는 것도 고려해야 한다.

환경부 노출계수&육가공협회 소비실태조사

육류의 모든 부분을 먹는 우리의 식습관을 감안하면 우리나라의 평균 육류 섭취량은 미국의 80%이며 과다섭취 집단을 비교하면 오히려 미국보다 높다. 심각한 것은 육류가공품의 주 소비층의 70% 이상이 아이들이다.