

Česká zemědělská univerzita v Praze

Provozně ekonomická fakulta

Katedra humanitních věd



Diplomová práce

Alternativní styly spotřeby potravin a ekonomika plýtvání

Bc. Linda Krahulcová

© 2019 ČZU v Praze

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

Bc. Linda Krahulcová

Veřejná správa a regionální rozvoj

Název práce

Alternativní styly spotřeby potravin a ekonomika plýtvání

Název anglicky

Alternative food consumption and economics of wasting

Cíle práce

Alternativní styly stravování vznikají jako protipól k průmyslové produkci a spotřebě potravin, která vznikla ve 2. polovině 20. století. Jednotlivé přístupy odrážejí různé hodnotové systémy příslušných skupin lidí, které dávají důraz na vybrané (alternativní) vlastnosti potravin a jídla.

Jedním z málo diskutovaných potenciálů těchto alternativních přístupů je příspěvek k řešení problémů plýtvání potravinami. Tento problém je typickou součástí moderní průmyslové produkce a spotřeby potravin.

Cílem této práce je zmapovat alternativní styly v oblasti stravování, popsat motivy a hodnoty spotřebitelů sledujících tyto přístupy a zhodnotit potenciál těchto přístupů k řešení problémů plýtvání potravinami.

Metodika

Práce využívá standardních metod a technik sociálního výzkumu. Základem je kvalitativní přístup a metoda případové studie. Data pro tuto studii jsou sbírána kombinací výzkumných technik. Výběrová procedura a design výzkumu vychází z konkrétní podoby teoretického rámce práce.

Doporučený rozsah práce

70 – 80 str.

Klíčová slova

AFN, etická spotřeba, udržitelnost, vegetariánství

Doporučené zdroje informací

DISMAN, M. Jak se vyrábí sociologická znalost. Praha: Sociologické nakladatelství, 1996.

HARRISON, R. – NEWHOLM, T. – SHAW, D. The Ethical Consumer London, UK: Sage, 2006.

LIBROVÁ, H. Vlažní a váhaví: kapitoly o ekologickém luxusu. Brno: Doplněk, 2003.

RENTING, H. – SCHERMER, M. – ROSSI, A. Building food democracy: Exploring civic food networks and newly emerging forms of food citizenship. International Journal of Sociology of Agriculture & Food, 2012, vol. 19, no. 3, s. 289-307.

SINGER, P. – MASON, J. The way we eat: Why our food choices matter. New York: Rodale Books, 2006

Předběžný termín obhajoby

2018/19 LS – PEF

Vedoucí práce

doc. Mgr. Ing. Lukáš Zagata, Ph.D.

Garantující pracoviště

Katedra humanitních věd

Elektronicky schváleno dne 27. 2. 2019

prof. PhDr. Michal Lošťák, Ph.D.

Vedoucí katedry

Elektronicky schváleno dne 1. 3. 2019

Ing. Martin Pelikán, Ph.D.

Děkan

V Praze dne 03. 03. 2019

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že svou diplomovou práci "Alternativní styly spotřeby potravin a ekonomika plýtvání" jsem vypracovala samostatně pod vedením vedoucího diplomové práce a s použitím odborné literatury a dalších informačních zdrojů, které jsou citovány v práci a uvedeny v seznamu použitých zdrojů na konci práce. Jako autorka uvedené diplomové práce dále prohlašuji, že jsem v souvislosti s jejím vytvořením neporušila autorská práva třetích osob.

V Praze dne 29.03.2019

Poděkování

Ráda bych touto cestou poděkovala panu doc. Mgr. Ing. Lukáši Zagatovi, Ph.D., vedoucímu mé diplomové práce, za jeho odborné vedení a poskytnuté cenné rady při zpracování této diplomové práce. Dále také poděkování patří všem dotazovaným, kteří si vyšetřili čas, aby mi poskytli svůj pohled na řešenou problematiku. V neposlední řadě patří poděkování mé rodině a blízkým, kteří mě podporovali po celou dobu studia.

Alternativní styly spotřeby potravin a ekonomika plýtvání

Abstrakt

Tato diplomová práce se zabývá alternativními styly spotřeby potravin ve spojení s ekonomikou plýtvání. Protipól konvenční spotřebě potravin tvoří již zmíněné alternativní stravování. Dnešní doba nabízí jedinci široký výběr potravin, což ne vždy s sebou přináší pouze kladná východiska. Na jedné straně se nachází rozvinuté země, které se vyznačují svým nadbytkem. Pro konzumenty je tedy snazší uchýlit se k nerozvážnosti v nakupování, poté snadno vznikají přebytky, které často končí jako potravinový odpad. Na straně druhé se v dnešní době stále vyskytují země trpící nedostatkem a hladem.

V případě, kdy se člověk zajímá o to, co konzumuje, neměl by mu být také lhostejný dopad potravinového plýtvání. Cílem této diplomové práce je tedy skrze polostrukturované rozhovory zjistit, zda se k plýtvání schylují více běžní konzumenti, či konzumenti stravující se alternativní cestou, popř. uvést, proč tomu tak je. Práce dále zjišťuje, jak dotazovaní praktikují své běžné nákupy a také zda k tomu využívají i alternativní potravinové sítě. V neposlední řadě zkoumá znalosti a míru informovanosti jedinců o dané problematice. Empirická část práce jednoznačně neprokazuje, že by se k plýtvání značně schylovala určitá skupina spotřebitelů.

Klíčová slova: plýtvání potravinami, alternativní strava, vegetariánství, alternativní potravinové sítě, farmářské trhy, prodej ze dvora, kvalitativní výzkum

Alternative food consumption and economics of wasting

Abstract

This diploma thesis focuses on alternative styles of food consumption in connection with the economy of waste. Conventional consumption of food is the polar opposite to the already mentioned alternative way of food consumption. In the current age there is a vast amount of choice in regards to food available on the market. However, this is not always a positive. On one hand, there are developed countries that overproduce. This leads to the consumer behaving less carefully in terms of the amount of food buying and therefore the extras and leftovers often end up in a food waste. On the other hand, in this world nowadays there are still countries that suffer with lack of food and wide-spread hunger.

When a person is interested in what they consume, they also should not be indifferent to the impact of food wastage. The objective of this diploma thesis is to discover, through semi-structured interviews, if it is the standard consumer or the alternative consumers group that has the tendency to create food wastage, and potentially also to discover why that may be the case. The thesis also explores the ways of how those interviewed do their everyday shopping, as well as discovering if they utilise alternative food networks (AFNs). The thesis looks into the levels of knowledge and awareness of people in regards to this topic as well. The empirical part of the thesis does not provide explicit and unequivocal proof that any specific group of consumers tends towards creating food wastage.

Keywords: Food Wastage, Alternative Food, Vegetarianism, Alternative Food Networks (AFNs), Farmers Markets, Small Produce Sales, Qualitative Research

Obsah

1. Úvod.....	10
2. Cíl práce a metodika	12
2.1 Cíl práce	12
2.2 Metodika	12
3. Teoretická východiska	14
3.1 Alternativní stravování.....	14
3.2 Rozhodující faktory k přechodu na alternativní výživu.....	15
3.2.1 Hledisko „zdraví“ a upevnění zdraví	15
3.2.2 Ochrana životního prostředí.....	16
3.2.3 Náboženství a filosofické postoje	16
3.2.4 Vyjadřování úcty k životu.....	17
3.3 Vybrané alternativní styly stravování	17
3.3.1 Vegetariánství	17
3.3.1.1 Úvod	17
3.3.1.2 Historie vegetariánství.....	18
3.3.1.3 Druhy vegetariánství	19
3.3.2 Makrobiotika.....	21
3.3.3 Vitariánství.....	22
3.3.4 Paleo diet.....	22
3.4 Alternativní potravinové sítě (APS).....	23
3.4.1 Vývoj v České republice.....	23
3.4.2 Druhy APS	25
3.4.2.1 Farmářské trhy (FT)	25
3.4.2.2 Farmářské obchody	27
3.4.2.3 Bedýnková schémata, neboli „bedýnky“	28
3.4.3 Legislativní opatření alternativních potravinových sítí	29
3.5 Ekonomika plýtvání	30
3.5.1 Úvod.....	30
3.5.2 Plýtvání potravinami v České republice	31
3.5.3 Řešení plýtvání	31
3.5.3.1 Organizace zabývající se plýtváním potravin v ČR.....	33
3.5.3.1.1 Zachraň jídlo.....	33
3.5.3.1.2 Potravinové banky	35
3.5.3.1.3 Beze zbytku	37

4. Empirická část.....	38
4.1 Popis sledovaného vzorku.....	39
4.2 Výsledky výzkumu a jejich interpretace	41
4.2.1 Životní styl.....	41
4.2.2 Nakupování.....	42
4.2.3 Plýtvání potravinami.....	51
4.3 Sledování kontrastů a pravděpodobností	58
5. Diskuse výsledků a doporučení.....	60
6. Závěr.....	64
7. Seznam použitých zdrojů	66
7.1 Literární zdroje.....	66
7.2 Internetové zdroje.....	67
8. Přílohy	71

Seznam obrázků

Obrázek č. 1 - Logo organizace Vegetarian Society	18
Obrázek č. 2 - Druhy vegetariánství	21
Obrázek č. 3 - Vývoj počtu prodejen po velikostních formátech	24

Seznam tabulek

Tabulka č. 1 - Základní charakteristika dotazovaných	40
--	----

1. Úvod

Dnešní moderní doba nabízí čím dál tím více možností volby, kterými se jedinec může stravovat. Alternativní stravou tedy rozumíme způsob přijímání potravy, který se podstatně liší od stravy konvenční. V posledních letech se alternativní výživové směry stávají více než populární. Důvodů k přechodu na alternativní styl spotřeby potravin je značné množství. Nejčastěji je uváděno hledisko „zdraví“ a upevnění zdraví. Existují studie prokazující značné zlepšení zdravotního stavu jedince vynecháním určité potravy, např. masa. Značná část „alternativců“ také poukazuje na problematiku ochrany životního prostředí, kdy za hlavní „hybnou sílu“ ke změně stravování považují ohleduplnost k naší planetě Zemi. V neposlední řadě je třeba zmínit další motivační faktor, proč zastánci alternativního stravování upouštějí od konvenční spotřeby potravin, tj. vyjadřování úcty k životu. Tito lidé se neztotožňují v rozdělení pojmů na „potravinová“ zvířata a domácí mazlíčci. Kritizují žalostné prostředí, ve kterém jsou zvířata chována, a také poukazují na nehumánní způsob ukončení jejich života. Výše zmíněné důvody byly však v moci rozhodnutí každého samotného jedince, avšak existují také náboženské a filosofické postoje, které nakazují svým stoupencům dodržování určitého omezení ve stravě, např. hinduismus, buddhismus či taoismus. Z čehož tedy pramení, že pro mnoho lidí není přijímání potravy pouze jako nástroj sloužící pro uspokojení fyziologických potřeb, nýbrž skrze něj vyjadřují své postoje, přesvědčení a životní styl.

V dnešní době již existuje řada míst, kde si mohou nejen alternativní konzumenti potravin obstarat. V roce 2009 se objevily první farmářské trhy, které si ihned získaly své příznivce. Lidé se opět začali vracet k „intimnější“ formě nakupování, než jsou např. hypermarkety a další. Více se začal klást důraz na kvalitu potravin, kvantita uskupuje do pozadí. Obliba domácích produktů, od zeleniny a ovoce počínaje, přes kvalitní domácí vejíčka či med a další, stále setrvává, nicméně trendem dnešní „uspěchané“ doby, ne každý dává přednost pěstování vlastních surovin před svými zálibami. Tento fakt šel ruku v ruce malým farmářům, kteří dokáží i tyto občany uspokojit. Zároveň si zajistí odbyť svých produktů, který by díky neúnosným podmínkám (požadované množství a výkupní cena) ze strany obchodních řetězců, nebyl uskutečnitelný. Jelikož jsou farmářské trhy sezónní záležitostmi, nejen na popud tohoto faktu vznikají farmářské obchody, které jsou dostupné svým zákazníkům po celý rok. Svou oblibu získává taktéž tzv. prodej ze dvora. Jeho chod tkví v tom, že zákazník přímo „navštíví“ farmáře v místě jeho podnikání a zakoupí

si čerstvé suroviny bez chemického ošetření. Jsou mu tedy známé veškeré podrobnosti (původ atd.), které mu v případě neznalosti sám farmář odpoví.

Ať už se jedinec rozhodne pro jakýkoliv typ stravování, neměl by s jídlem nakládat jako se samozřejmostí. Je třeba si uvědomit absurditu dvou odlišných „táborů“, jako jsou rozvinuté země s nadbytkem potravin a na druhé straně chudé rozvojové země trpící nedostatkem a hladem. Toto citlivé a aktuální téma je spjata s problematikou plýtvání potravin. Zásadní otázka, kterou si diplomová práce kladla zní: *„Ovlivňuje alternativní stravování celkový pohled na dostupnost potravin a z toto pramenící jejich plýtvání?“* Jak již bylo zmíněno problematika plýtvání potravin je v dnešní době velice aktuální. Nicméně statistiky dokládají alarmující údaje, které plýtvání nevyvrací, ba naopak. Např. organizace OSN pro výživu a zemědělství uveřejnila studii, kdy výsledky znějí jasně: 1,3 miliard tun potravin z celého světa přijde ročně vniveč. Dle Evropské unie tak přijde nazmar každý rok cca 88 milionů tun potravin, čisté finanční ztráty pak činí 143 miliard eur. Pro porovnání Čech průměrně spotřebuje 785 kilogramů potravin, nicméně cca 200 kilogramů vůbec nevyužije, jednoduše je vyhodí. S tímto obrovským problémem se však nepojí pouze finanční ztráty, ale také především rozsáhlé sociální a environmentální důsledky.

V současné době se po celém světě vyskytuje čím dál tím více organizací bojující s tímto globálním problémem. Lze tedy jen doufat, že výše zmíněné statistiky budou v nastávajících letech klesajícího rázu.

2. Cíl práce a metodika

2.1 Cíl práce

Hlavní cíl této diplomové práce je zjistit, zda alternativní způsob stravování má vliv na problematiku plýtvání potravin, tzn. zda alternativní konzumenti plýtvají méně než konzumenti konvenční stravy, popř. proč tomu tak je?

K zodpovězení této otázky byly stanoveny dílčí specifické cíle. Jedním z nich je charakterizovat skupiny stravující se alternativním způsobem, dále také zjistit jejich motivy vedoucí k tomuto rozhodnutí. Práce se ale nezaobírá pouze zastánci alternativního stravování, ale zabývá se také konvenčními spotřebiteli. U obou těchto skupin si práce klade za cíl zjistit, jak probíhá jejich běžné nakupování potravin, zda upřednostňují velkoplošné hypermarkety apod., nebo zda pro své nákupy volí spíše „intimnější“ formu obstarávání potravin, jako jsou např. alternativní potravinové sítě (farmářské trhy, prodej ze dvora a další). Z tohoto vyplývá další dílčí cíl teoretické části, který zní: uvést dnešní možnosti nakupování a vysvětlit jejich pozitiva a negativa, která z odlišných nákupních preferencí vyplývají. Dále také zjistit, zda dotazovaní upřednostňují cenu, či kvalitu potravin, zda sledují složení a původ zboží, popř. zda je pro ně tento fakt při volbě produktu rozhodující.

Druhé hlavní téma, tj. ekonomika plýtvání, má za cíl seznámit čtenáře s existencí problematiky a v konkrétních číslech uvést její aktuálnost. V praktické části u vzorku dotazovaných zjistit, jak oni sami problematiku plýtvání pocítují a co pro její omezení podnikají. Na základě toho, budou poskytnuty doporučení, jak plýtvání potravinami značně omezit. Dále také zmapovat, jaké organizace nejen v České republice proti plýtvání bojují a také to, jaké povědomí o jejich existenci dotazovaní mají. Z čehož pramení další dílčí cíl, a to zjistit celkový stav informovanosti o problematice plýtvání potravin.

2.2 Metodika

Teoretická část této diplomové práce vychází z literární rešerše. Na základě této rešerše byly získány poznatky, jak z odborných publikací, tak i z internetových článků. Značné zastoupení webových zdrojů je způsobeno aktuálností daného tématu.

Pro empirickou část této diplomové práce byl využit kvalitativní výzkum. Tato metoda byla zvolena z důvodu možného podrobnějšího zjištění subjektivních názorů a také celkového postoje účastníků rozhovoru k dané problematice. Kvalitativní výzkum nese také řadu negativ, jedním z nich je časová náročnost, nalezení a výběr vhodných kandidátů. Dále také oproti kvantitativnímu výzkumu je vzorek dotazovaných značně užší, tudíž nelze výsledky zobecňovat na celou populaci.

Výzkum byl proveden v roce 2019 prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů, které probíhaly při osobním setkání v různých městech České republiky, nejčastěji pak v Táboře, hlavním městě Praze, ale také v dalších částech republiky, jako např. v Brně, Liberci, Benešově a Karlových Varech. Před samotným výzkumem byla provedena příprava na dotazování. Jako podklad posloužily předem stanovené otázky (jejichž seznam je přílohou této diplomové práce), které dle výřečnosti a znalostí jednotlivých dotazovaných byly dodatečně upravovány.

Pro výzkumný vzorek bylo celkem osloveno 13 odlišných jedinců (věk, povolání, pohlaví), kteří se skládali z řad alternativních, tak ale i běžných konzumentů. Dotazování byly vybírání metodou sněhové koule (tj. nabalováním). Pro zajištění širokého vhledu do zkoumané problematiky byla oslovena i uzavřená internetová komunita s názvem Vegetariáni/vegani, pouze dva dobrovolníci splňovali „podmínky“ a nakonec se stali součástí sledovaného vzorku.

Před samotným rozhovorem byli dotazovaní seznámeni s tématem této diplomové práce. Záměrně jim téma nebylo dříve prozrazeno, aby se předešlo případnému zkreslení výsledku. Dále byli upozorněni na skutečnost, že bude provedena zvuková nahrávka pro využití jejich přesné interpretace. Nikdo z dotazovaných neměl s touto skutečností problém. Veškerá uvedená jména jsou pouze fiktivní, jelikož rozhovory probíhaly anonymně. Před rozhovorem taktéž proběhl slib o zachování anonymity. Čistý čas rozhovorů se pohyboval od 30 do 50 minut, vždy záleželo na zájmu každého dotazovaného. Záznam rozhovoru proběhl skrze mobilní telefon, taktéž byly provedeny písemné poznámky.

3. Teoretická východiska

3.1 Alternativní stravování

Pojem „alternativní výživa“ nemá jednoznačnou definici. Za alternativní stravování je tedy označován způsob přijímání potravy, který se podstatně liší od naší obvyklé stravy a zároveň splňuje kritérium dlouhodobého hlediska. Za nejrozšířenější alternativní styl stravování je považováno vegetariánství, konkrétně se jedná o bezmasou stravu. (Stránský a Ryšavá., 2014)

Stránský a Ryšavá (2014) uvádí fakt, že mezi alternativní formy výživy nemůžeme zahrnout redukční diety. Ty jsou určeny pouze pro snížení tělesné hmotnosti a zároveň jsou zařazovány pouze na přechodné období.

Více autorů se však shoduje přesně v opačném názoru, např. Středa a kol. (2010) uvádí, že prostřednictvím alternativních stylů spotřeby potravy se lidé snaží dosáhnout své ideální tělesné hmotnosti nebo detoxikace těla.

Dle Stránského a Ryšavé (2014) tomu není tak dávno, kdy lidé stravující se odlišně, byli společností označováni za „pošetilce“. Postupem času se však tyto názory podstatně transformovaly a společnost začala brát tento životní směr v potaz.

„V situaci současného stavu znalostí by si NIKDO neměl dovolit odsuzovat jakýkoliv způsob individuálního řešení stravování, byť ve formě dlouhodobého použití netradičního, tedy „alternativního“ výživového stylu.“ (Fořt, 2007)

Směrů, které se řadí mezi alternativní styly stravování, máme v dnešní době širokou škálu, díky čemuž nelze jednoduše říci, jaký styl je ten správný, či naopak špatný. Některé druhy alternativního stravování jsou po nutriční stránce přijatelnější, jiné se potýkají s většími či menšími nedostatky. Základním hlediskem „správnosti“ vybraného stylu alternativního stravování je škála konzumovaných potravin, dále také výsledné procento základních živin, jako jsou sacharidy, tuky a v neposlední řadě důležité bílkoviny. Obecně platí pravidlo: čím méně je „zakázaných“ potravin, tím se adekvátnost určitého stylu navyšuje. (Kudlová a kol., 2009, s. 153)

Hlavní směry alternativních stylů spotřeby potravy budou představeny v dalších kapitolách této práce, jedná se však především o *vegetariánství* a jeho typy, dále pak např. *makrobiotika* a *paleo diet*.

3.2 Rozhodující faktory k přechodu na alternativní výživu

Sociologická studia prokazují, že rozhodnutí změnit postoj k dosavadnímu stylu přijímání potravy se nestává okamžitě, nicméně dochází k němu v etapách. Rozhodujícími aspekty bývají nejčastěji zdravá výživa a ochrana životního prostředí. V tomto případě přispívá „sebevýchova“ ke změně pohledu na danou problematiku, výsledkem je pak změna chování. Stávají se však i situace, kdy jedinec své postavení k dosavadnímu stravování změní okamžitě, např. po návštěvě průmyslového podniku, kde se provádějí porážky zvířat, tzv. jatka. (Stránský a Ryšavá, 2014)

Melinová a Davisová uvádějí ve své publikaci Průvodce (začínajícího) vegetariána (2008) následující čtyři hlavní důvody:

1. hledisko „zdraví“ a upevnění zdraví;
2. ochrana životního prostředí;
3. náboženské a filosofické zásady;
4. vyjadřování úcty k životu.

Výše zmíněné důvody budou nyní blíže specifikovány.

3.2.1 Hledisko „zdraví“ a upevnění zdraví

Mezi hlavní důvody změny dosavadního způsobu stravování patří právě samotné zdraví jedince. Autorka publikace Vegetariánství, Kinga Wisniewska-Roszkowska (1990) uvádí, že stravování dle vegetariánských principů je pro člověka zdravější, neboť je mu přirozenější. Dále také zmiňuje, že nekonzumace masitých pokrmů vede k lepšímu, zdravějšímu životu, a proto se také vegetariáni mnohdy dožívají vyššího věku než jedinci, kteří do svého jídelníčku zařazují maso.

Existují studie dokazující, že lidé, kteří nezařazují živočišné produkty do svého jídelníčku, pocítují kladnou změnu svého zdravotního stavu, např. vymizí potíže s trávením. Alternativní stravování přináší řadu kladných dopadů na zdraví člověka, mezi které patří například:

- snížení tělesné hmotnosti, tím i předcházení obezity;
- nižší výskyt rakoviny konečníku a tlustého střeva, díky vysokému podílu přijímané vlákniny z rostlinné stravy;
- menší riziko kardiovaskulárních potíží a infarktu;
- celkově méně se vyskytující zhoubné nádory.

Bližším prozkoumáním však bylo zjištěno, že lze výše zmíněné přednosti přiřadit k celkově zdravějšímu stylu života, nikoliv pouze ke zřikání se masa. (Gilík, 2010)

„Nic nezlepší zdraví člověka a nezvýší naději na přežití na Zemi tak, jako první krok směrem k vegetariánské výživě.“ (Albert Einstein)

3.2.2 Ochrana životního prostředí

Zastánci alternativního stravování také uvádějí environmentální důvody. Kdy za hlavní „hybnou sílu“ ke změně stravování považují ohleduplnost k naší planetě Zemi. Také velmi častými důvody, proč se konzument rozhodne pro alternativní stravování, bývají ekologické a politické postoje. Tito lidé si uvědomují následky, které jsou příčinou stále většího podílu zatížení životního prostředí. Právě z tohoto důvodu se rozhodují pro využívání ekologické produkce. Nakupují co nejméně technologicky zpracované potraviny a upřednostňují suroviny, které byly vyprodukovány na domácím trhu a pokud možno přímo od pěstitele. Tímto činem se záměrně vyhýbají dováženým potravinám, které musejí být kvůli transportu chemicky ošetřeny.

Dalším z řad důvodů, které alternativní konzumenti uvádějí, je vysoká spotřeba rostlinných krmiv pro chov krmného zvířectva. Statistiky uvádějí fakt, kdy že v průměru na produkci jedné kalorie živočišných zdrojů spotřebuje 7 kalorií z rostlinné zásoby. (Stránský a Ryšavá, 2014)

3.2.3 Náboženství a filosofické postoje

Ke stravování alternativní cestou se člověk většinou rozhodne ze své vlastní vůle. V tomto případě však to, co bude jedinec konzumovat, nerozhoduje on sám. Vyznávání určitého náboženství nese řadu „pravidel“, mimo jiné i konkrétní omezení ve stravě. Již v dobách antiky přikazovalo náboženství svým stoupencům např. i půstování. Dalším „předpisem“ je také úplné stravování se bez masa, popř. vyloučení ze své stravy určitý druh, např. vepřové maso. (Wisniewska-Roszkowska, 1990)

Mezi náboženství, která mají zakázanou konzumaci masa i živočišných produktů, spadá např. hinduismus, buddhismus či taoismus. Hinduisté jsou typičtí vegetariáni. Stravování v Indii je ještě více specifické tím, že se společnost dělí na kasty. Ty dále určují

konkrétní potravinové omezení. Staré hinduistické texty dokládají fakt, že hovězí maso nepatřilo vždy mezi zakázané potraviny. Striktní omezení ve stravě se týká především stoupecům vyšších kast. Konzumace hovězího masa je „tolerována“ u nižších tříd, kde se lidé žíví fyzicky náročnou prací a hovězí maso jim tak dodává kvalitní přísun bílkovin. Ve většině případů nekonzumují hinduisté ani vejce. Oproti hinduismu buddhistická literatura nedokládá zákaz konzumace masa. Má se avšak za to, že ten kdo maso pozře, si tímto činem poškozují svou karmu (jedná se především o příčinu usmrcení zvířete). Proto se konzumace masa z uhynulého zvířete nestává hříchem. Silně věřící mniši se z velké části žíví žebráním. (Rubínová, 2015)

3.2.4 Vyjadřování úcty k životu

V neposlední řadě je třeba zmínit další motivační faktor, proč zastánci alternativního stravování upouštějí od konvenční spotřeby potravin. Právě etické opodstatnění bývá, stejně jako zdravotní hledisko, velice častým důvodem. Tito lidé se shodují v názoru, že i zvířata mají právo na život a soucítí s jejich utrpením, ke kterému dochází při lovu a zabíjení. Nepovažují je za neživé předměty, nýbrž za tvory myslící a především cítící. Neztotožňují se v rozdělení pojmů na „potravinová“ zvířata a domácí mazlíčci. Dále také značně kritizují žalostné prostředí, ve kterém jsou žíví tvorové chováni, nehledě na nehumánní způsob ukončení jejich života, porážky. (Melinová a Davisová, 2008)

3.3 Vybrané alternativní styly stravování

3.3.1 Vegetariánství

3.3.1.1 Úvod

Vegetarismus je termín označující stravu, která vylučuje pokrmy připravené z masa a z části zvířecích těl, které jsou získávány zabíjením. Na rozdíl od dalších stylů alternativního stravování „*klasický vegetarismus*“ nevyřazuje ze svého jídelníčku produkty pocházející od zvířat, jako jsou např. med, mléko, mléčné výrobky a vejce.

Jak uvádí Wisniewska-Roszkowska (1990) původ slova údajně pochází z latiny. Slovo „*vegetabilis*“ můžeme pak přeložit jako „*rostliny*“ a „*vegetare*“ potom jako „*růst, rozvíjet se*“.

Jiné zdroje dále doplňují latinský výklad pojmem „*vegetus*“ v překladu pak jako „*zdravý a svěží*“. Historii slova je také možné nalézt v angličtině, kdy slovo „*vegetables*“ vyjadřuje „*zeleninu*“. (Etické vegetariánství, 2017)

3.3.1.2 Historie vegetariánství

Od dob dávné historie provázelo vegetariánství mnoho kultur po celém světě. Nejvýznamnější světoví intelektuálové i filosofové se neztotožňovali s konzumací masa. Za „otce vegetariánství“ je považován Pythagoras. Z tohoto důvodu byli lidé stravující se rostlinnou stravou označováni za Pythagorejce. Koncem devatenáctého století byl prvně použit pojem „*vegetarián*“. Vegetariánkou stravu poté propagovali i další Pythagorovi nástupci a významní myslitelé. (Melinová a Davisová, 2008)

„Již v raném věku jsem se vzdal požívání masa a přijde doba, kdy lidé jako já budou pohlížet na vraždy zvířat stejně jako teď pohlíží na vraždy lidí.“ (Leonardo da Vinci)

Nová a současná forma dnešního vegetariánství se rozvinula v první polovině 19. st. v Anglii. V Manchesteru roku 1847 vznikla první vegetariánská společnost s názvem „*Vegetarian Society*“. Dnes je tedy nejstarší vegetariánská společnost na světě. Organizace měla již v devadesátých letech minulého století přes 8.000 členů. Se stále rostoucím „trendem“ vegetariánství, je tedy více než zřejmé, že k dnešnímu dni se těchto „příslušníků“ sčítá značně větší množství. (Wisniewska-Roszkowska, 1990)

Obrázek č. 1 - Logo organizace Vegetarian Society



Zdroj: vegsoc.org, 2019

I když by se mohlo zdát, že problematika *vegetariánství* je v České republice novodobá, opak je pravdou. Jak uvádí Česká Vegetariánská Společnost, první publikace na téma *vegetariánství* byla českému čtenáři přístupna již před více jak sto padesáti lety. Koncem 19. st. vydává český vlastenec a zároveň také vegetarian, Emanuel svobodný pán Salomon z Friedbergů, svou knihu s názvem „O vegetarismu“, ve které již v té době uvádí zdravotní, etické i ekonomické důvody pro volbu alternativního stravování. Za pouhých deset let v souvislosti s výše zmíněnou publikací vzniká pod záštitou Salomona první vegetariánský spolek v České republice. V roce 1898 měli Češi možnost stravovat se mimo svůj domov v první vegetariánské jídelně. Postupem času vycházely také další odborné publikace zaměřující se na tuto problematiku („Vegetarism pro a proti“ od MUDr. Ctibora Bezděka a Přemysla Pittera), dále také kuchařky s vegetariánskými pokrmy. (Šťastný, 2005)

3.3.1.3 Druhy vegetariánství

Vegetariánství není pouhým pojmem, ale má dále své podkategorie. Členění se dle toho, jaké potraviny konzumenti ze svého jídelníčku záměrně vynechávají. V dnešním 21. století můžeme nalézt široké spektrum stravovacích stylů. Jako jsou např. tyto skupiny:

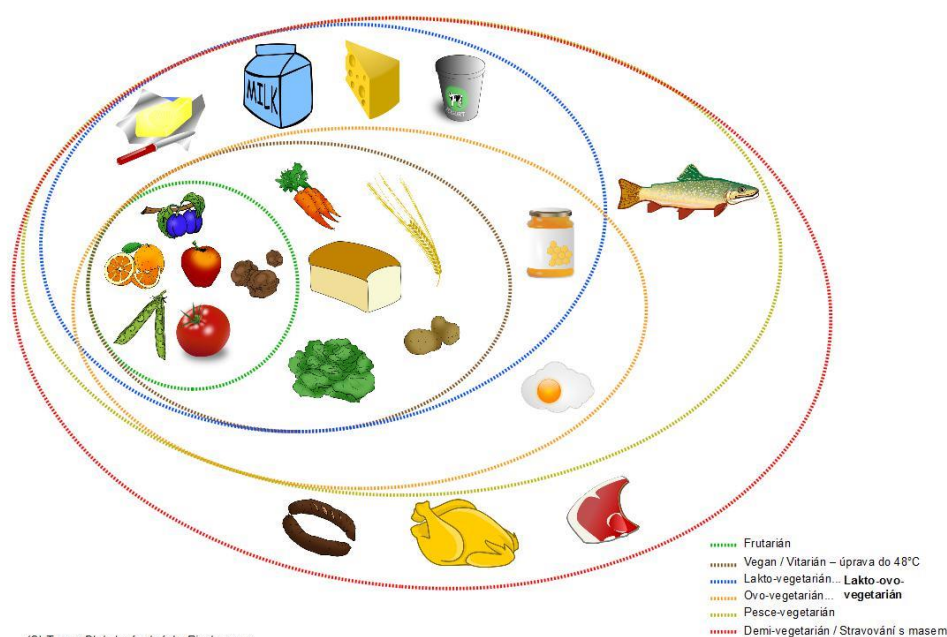
- **Lakto-ovo-vegetarián** – člověk označující se za „*klasického vegetariána*“. Dle statistik se k tomuto směru hlásí nejvíce zastánců bezmasého stravování. V jídelníčku tohoto člověka nenajdeme sice masitou stravu, avšak kromě potravin rostlinného původu můžeme ve skladbě jídla nalézt také mléko samotné, mléčné produkty, med i vejce.
- **Lakto-vegetarián** – vylučuje ze svého jídelníčku maso všeho druhu, navíc na rozdíl do lakto-ovo-vegetariána i vejce.
- **Ovo-vegetarián** – člověk stravující se tímto stylem rovněž nekonzumuje maso. Dále ani mléko a mléčné výrobky. Živočišné produkty přijímá ve formě vajec či medu.
- **Vegan** – zastánci veganské stravy se často označují za „přísné vegetariány“, neboť nekonzumují žádný živočišný produkt, tzn. maso, med, vejce, mléko a ani mléčné výrobky.

- **Frutarián** – další z forem bezmasého stravování je frutarián, neboli také „přísný vegan“. Takový člověk se živí pouze rostlinnými plody, které nemají za následek uhynutí celé rostliny. Např. tedy ovoce, pouze určitý druh zeleniny (okurka, rajče, dýně a další), dále ořechy a oleje. Z toho vyplývá, že se vyhýbají konzumaci kořenové i listové zeleniny, jako je např. mrkev, cibule, zelí, salát i brambory. Dále také odmítají konzumaci obilí a všech produktů z něj, tzn. i pečivo.
- **Vitarián** – zastává veganský způsob alternativního stravování, zároveň veškeré potraviny, které zkonzumuje, nesmí podléhat tepelné úpravě vyšší než 45 °C, nebo také pasterizaci.
- **Pesca-vegetarián (pescateriáni)** – do své stravy zahrnují i určitý druh masa, jako např. ryby nebo mořské plody.
- **Demi-vegetarián (flexitarián)** – se řídí vegetariánskými předpisy ve stravě, nicméně příležitostně a v omezené míře konzumuje i maso. Vysoký důraz klade na původ spotřebovaného masa, např. biofarmy. (Dlabalová, 2015)

Vladislav Mužík (2007) doplňuje dále členění o pojmy:

- **Semi-vegetarián** – zastávce tohoto stylu stravování konzumuje drůbeží maso a ryby. Odmítá přijímat tmavé druhy masa, jako např. hovězí, skopové, vepřové a další.
- **Pulo-vegetarián** – z živočišných surovin přistupuje kladně pouze ke konzumaci kuřecího masa.

Obrázek č. 2 - Druhy vegetariánství



Zdroj: Dlabalová, 2015

3.4.2 Makrobiotika

Pojem makrobiotika pochází z řeckého překladu dvou slov a to, „makros“ jako „dlouhý“ a „bios“ znamenající „život“. Makrobiotika není jen pouhým stylem stravování. Jedná se především o životní styl, který má specifický pohled na svět. Zároveň je také vyjádřením čínského lidového náboženství (taoismu) a zen-buddhismu. Zastánci tohoto výživového směru přebírají dávné tradice ve výživě, které se praktikovaly v čínských kláštorech. Dle autorů publikace Fyziologie a patofyziologie výživy ten, kdo se stravuje, a především žije dle makrobiotiky, musí být zdravý, šťastný, duševně vyrovnaný. Z toho tedy vyplývá, že bude dlouho živ. Dokonce se vyléčí z každé nemoci, i z rakoviny. (Stránský a Ryšavá, 2014)

Průkopníkem makrobiotiky byl japonský filozof Oshawa George. Veškerý princip tohoto smyslu života viděl ve vyrovnanosti dvou protichůdných energií (jin a jang), které mají být v nás i v našem nás. I celkovou existenci vesmíru přirovnává právě k těmto jevům.

To, že zdravý organismus má energie v rovnováze, je již zřejmé. V souladu by je však měly mít i potraviny, které se energií řadí do třech kategorií:

- **Prostřední pás „zdraví“** – sem spadají především potraviny jako ovoce, zelenina, olej, luštěniny a celozrnné obiloviny. Jedná se o potraviny, která mají energie v rovnováze. Tento typ surovin je pro makrobiotiky preferencí, mají největší podíl, tzv. *makrobiotický talíř*.
- **Skupina „jin“** – vyskytuje se nad prostředním pásem. Do této kategorie spadají veškeré potraviny, avšak i látky uvolňující organismus. Jsou jimi návykové látky (drogy, káva i alkohol), ale i sladkosti.
- Pod pásmem „zdraví“ se nachází **kategorie „jang“**. Vyznačuje se stahující silou a patří do ní např. sůl, maso, vejce i mléčné výrobky (sýry). (Chrprová, 2010)

3.4.3 Vitariánství

Další z alternativních stylů spotřeby potravy je *vitariánství* neboli „živá strava“. Ani tento způsob stravování jeho konzumenti nevnímají jako pouhou dietu na přechodné období. Vnímají ho jako revoluční filozofii. Zastánci tohoto směru také kladou důraz na celkový styl života, na to, jak se jako lidé chováme k sobě navzájem a také na to, jak jsme ohleduplní k naší planetě Zemi.

Pojem *vitariánství* vznikl ze slova „vita“ v překladu „život“. Tento směr se vyznačuje také syrovou stravou, nebo také tou, která neprošla bodem varu, a zároveň nebyla zahřáta více, než na 45 °C.

Avšak je třeba zmínit, že pojmy živá strava a strava syrová nesou značné rozdíly. Živá strava obsahuje stále živé enzymy, např. hruška. Syrovými potravinami je pak vnímáno vše, co bylo vypěstováno a poté konzumováno v nevařené formě. Zatímco veškerá živá strava je syrová, ne každá syrová strava je ale živá. Oživit lze značný počet syrových potravin skrze proces klíčení. Nicméně ne všechny je možné nakličovat, např. sušené bylinky, kakaové boby a další. (Russo, 2009)

3.4.4 Paleo diet

Stravování založené na surovinách, které konzumovali lidé během nejstaršího a nejdelšího lidského období dějin, tzn. starší doby kamenné neboli paleolitu. V jídelníčku „alternativce“, který je zastáncem „*Paleolithic diet*“, v překladu „*Paleolitické diety*“,

se nachází především živočišná strava jako jsou ryby a další druhy masa, dále také ovoce, zelenina, semena z rostliny a ořechy. Souhrnně lze tyto suroviny označit za takové, které byly získávány lovem a sběrem. Hlavní podstatu tohoto typu stravování vidí její zastánci především v tom, že lidské tělo neodpovídá geneticky dnešnímu modernímu stravování. Je tedy možné říci, že paleo dieta se vyhýbá průmyslově zpracovaným potravinám.

V odborné literatuře i článcích na internetu můžeme také pro tuto stravu nalézt označení jako „*Hunter-gatherer diet*“ tzn. „*Stravu lovce a sběrače*“, nebo také „*Caveman diet*“ v překladu jako „*Jeskynní strava*“, a další.

3.4 Alternativní potravinové sítě (APS)

Pojem alternativní potravinové sítě označuje novodobé způsoby, kterými jsou doručovány potraviny od pěstitele či výrobce nejčastěji přímo ke konečnému spotřebiteli. Někdy se také uvádí pojem krátké potravinové řetězce. Můžeme sem zařadit např. regionální prodej potravin, farmářské trhy, prodej ze dvora, ale také určité způsoby „předplatného“, tzv. bedýnková schémata. (Renting a Marsden, 2003)

APS jsou prospěšné pro oba své subjekty, tedy jak pro kupující, tak i pro prodávající. Kupujícím tedy APS umožňují lepší dohled nad tím, odkud jim byla daná surovina či produkt dopraven. Na druhé straně prodávající prostřednictvím přímého prodeje předejdou k finanční ztrátě při přeprodeji jejich zboží. Další přínosem můžeme vidět např. rozvoji venkova, také nižší podíl ekologického znečištění životního prostředí a v neposlední řadě krátké potravinové řetězce přispívají k možnosti konzumace čerstvějších, tudíž i zdravějších potravin. (Brown, 2002)

3.4.1 Vývoj v České republice

Po sametové revoluci proběhlo v České republice zavedení volného obchodu relativně rychlým tempem. Počátkem roku 1991 občané pocítili vysoký nárůst cen z důvodu zrušení cenové dotace. Z tohoto důvodu byly zaznamenány nižší hodnoty spotřeby a lidé začali nakupovat v menším množství. Nová rovnováha na trhu byla nastavena následovně.

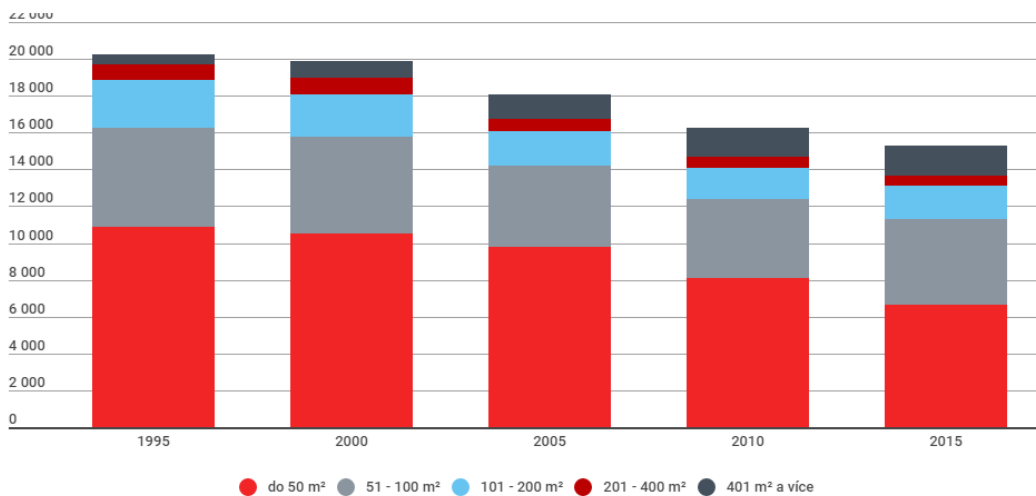
Jak ve své publikaci *Alternativní potravinové sítě* (2016) uvádí Spilková, v minulých letech byli čeští lidé navyklí nakupovat v menším objemu, avšak denně čerstvé

základní potraviny. Ve státních domech probíhal prodej trvanlivých potravin, jejichž počet však byl omezen. S postupem času začaly nákupní možnosti značně stoupat. Lidé se opět začali rychle vracet k tendencím nákupu většího rozsahu. Pro opatření potravy využívali své automobily, jejich volbu nákupu značně ovlivňovaly reklamy a letákové akce jednotlivých obchodních řetězců.

Na počátku devadesátých let začaly vznikat první maloobchodní řetězce, dnes známé ve formátu supermarketů, např. Billa, Penny Market či Delvita. Hypermarkety se dostavily do České republiky o pár let později, konkrétně v roce 1996. Mezi první z nich pak patřil např. Globus. Devadesátá léta také můžeme dělit na dvě období, a to dle fyzické struktury maloobchodu. V první etapě k razantním změnám nedocházelo. Prodeje se uskutečňovaly i v dnešní době nepochopitelném prostředí, jako byly např. kočárkárny v panelových domech, nebo také tovární haly, či v přízemí budov. Avšak ani nárůst těchto prodejen nepřinášel velké objemy. Překlenutí druhé poloviny devadesátých let přineslo rozsáhlé výstavby maloobchodních prodejních sítí v krajním okolí měst, tzv. na zelené louce, ale později také v centrech samotných. O pár let později se začaly budovat hypermarkety a diskontní prodejny a na závěr obchodní centra. (Spilková, 2012)

Vývoj počtu prodejen se zaměřením na potraviny a smíšené zboží po velikostních formátech je zobrazen v následujícím grafu:

Obrázek č. 3 - Vývoj počtu prodejen po velikostních formátech – potraviny a smíšené zboží



Zdroj: Nielsen, 2019

GfK Shopping FMCG (2018) uvádí na svém internetovém portálu studii zaměřující se na vývoj reálného nakupování českých zákazníků. Studie zobrazuje vývoj od roku 2014 do roku 2018 (data platná vždy k červnu daného roku). Můžeme zde vidět, že během období čtyř let stoupla obliba nákupu v supermarketech o 1,6 % (v roce 2014 dávalo přednost supermarketům tak 15,4 % české populace, v roce 2018 již 17 %). Stoupající trend v nakupování byl zaznamenán také u diskontů (r. 2014 17,3 % a r. 2018 21,5 %). Ostatní typy prodejen, jimiž jsou malé provozovny, ale i hypermarkety, pocítily naopak úbytek svých zákazníků. V roce 2014 hypermarkety navštěvovalo 33,1 % obyvatel, malé prodejny 12,6 %. Pro porovnání v roce 2018 svůj nákup v hypermarketu realizovalo 31,6 % a v malých obchodech 10,9 %.

Oproti výše uvedeným faktům je třeba podotknout, že jsou zde i tací spotřebitelé, kteří si uvědomují nedostatky velkoplošných prodejen a začínají vyhledávat „intimnější“ formu nakupování. Zároveň také kladou důraz na to, co si v nákupních taškách odnášejí domů. Zajímají se o kvalitu i zdravotní hledisko produktu, ale také o to, odkud daný výrobek pochází. Jídlo tedy považují za něco více než jen zdroj, který na danou chvíli uspokojí jejich fyziologické potřeby. Na základě výše uvedených důvodů, a navíc díky zahraniční inspiraci vznikají v České republice alternativní potravinové sítě. (Spilková, 2016)

3.4.2 Druhy APS

Jak již bylo zmíněno, nejčastějšími druhy alternativních potravinových sítí v České republice jsou farmářské trhy, bedýnková schémata a tzv. prodej ze dvora. Nyní budou tyto druhy blíže specifikovány.

3.4.2.1 Farmářské trhy (FT)

Farmářské trhy jsou místo, kde dochází k přímému kontaktu koncových zákazníků a pěstitelů. O samotný vznik FT v České republice se zasloužilo občanské sdružení Archetyp, který v roce 2007 na popud zrušení poslední existující pražské tržnice začalo usilovat o znovuzrození tohoto způsobu nákupu, avšak již v „novém kabátu“ a to tedy pod názvem Farmářské trhy. (Economia, 2011)

V České republice se farmářské trhy objevily v roce 2009, jako první typ alternativních potravinových sítí. Bylo tomu tak v městské části hlavního města Prahy,

Klánovice. Tyto farmářské trhy se konaly spíše tzv. na zkoušku. Až o rok později proběhl v letních měsících jejich skutečný rozmach. Zákazníci tuto alternativu nákupu přivítali s otevřenou náručí a trhy byly hned od svého počátku navštěvovány zástupy příznivců. Archetyp další farmářské trhy zprostředkoval následně hned v několika krajích naší země. Na konci roku 2010 evidovala Praha více než dvacet FT, které se konaly pravidelně. V dalším roce se tato skupina rozšířila téměř o dvacet míst, kde mohli farmáři nabízet své zboží. Rozvoj trhů značně podpořila skutečnost z roku 2011, kdy Ministerstvo životního prostředí vypsalo dotaci na rozvoj FT. Postupem času se ukázalo, že tyto dotace ve výši 400 000 eur byly úspěšné, neboť již v první polovině tohoto roku byly žádosti zcela vyčerpány. Na finanční motivaci si tedy přišlo celkem 55 farmářských trhů. Ani nedostatečná finanční podpora nezastavila další zájemce, kteří se o dosažení dotace neúspěšně pokoušeli. V roce 2012 již Česká republika sčítá okolo sto padesáti trhů. V roce 2015 se pak v rámci celé České republiky pravidelně konalo celkem dvě stě padesát farmářských trhů. (Spilková, 2016)

FT se vyznačují určitými specifiky, které jsou rozhodně přínosné pro koncového zákazníka. Např. při koupi veškerého zboží na těchto místech má spotřebitel záruku, že daná věc pochází z uvedeného místa produkce či výroby. Tento fakt je garantován skrze povinný doklad o původu zboží. Provozovatelé farmářského trhu také upřednostňují prodávající z vybraného regionu, kde se FT konají. Výhoda, která z toho vyplývá pro kupující je ta, že mají možnost obstarat si kvalitní potraviny, které se většinou nedají zakoupit v klasických obchodních řetězcích, jako jsou např. supermarkety a další. Na farmářských trzích je také možnost výjimečně zakoupit zboží z tzv. doplňkového prodeje, kdy se nejedná o čistě tuzemské produkty, avšak o dovoz. Prodejce je pak povinen zahraniční zboží označit popiskem obsahující zemi původu. (eAGRI, 2011)

Jak uvádí spoluzakladatel sdružení Archetyp, Jiří Sedláček, značné výhody farmářské trhy přinášejí samozřejmě i svým prodejcům. Ti se skládají z velké části z farmářů, kteří díky FA dostali opět chuť a možnost provozovat efektivně svou činnost. Mnozí z nich totiž neměli pro své zboží smluvní odběratele. Potencionálními odběrateli by mohly být obchodní řetězce, nicméně kvůli neúnosným podmínkám skrze požadované množství a také výkupní cenu, nejsou tyto transakce pro farmáře uskutečnitelné. Oproti tomu farmářské trhy jim dávají možnost prodeje svého zboží za přijatelné ceny jak pro ně samotné, tak ale i pro koncové zákazníky. Ceny zboží jsou dány klauzulí ve smlouvě.

Tyto ceny musí být zároveň konkurenceschopné v dané lokalitě. Ovoce i zelenina jsou nabízené podle své sezónnosti. Dle přírodních podmínek v období pěstování, je ovlivněna také cena a dostupné množství zboží. V každém ročním období tak mají zákazníci k dispozici různorodý sortiment, např. jahody, třešně, chřest, houby a další. Své místo na trhu si musí v Praze prodejci zarezervovat cca tři měsíce před jeho samotným uskutečněním. Pořadatelé také dbají na širokou škálu nabízeného zboží, dohlížejí na to, aby se sortiment značně neopakoval. (Krbcová, 2011)

3.4.2.2 Farmářské obchody

První *farmářský obchod* vznikl v České republice v Praze v roce 2010 na popud „nedokonalostí“ výše zmíněných farmářských trhů (Farma rodiny Němcovy).

Při prodeji na FT jsou prodejci závislí na řadě okolností, které ne vždy mohou ovlivnit. Týká se to především klimatických podmínek. Při nevlídném počasí není možné FT pořádat buďto vůbec, nebo např. při mírném dešti dorazí na farmářský trh jen zlomek těch zákazníků, kteří by svůj nákup uskutečnili za slunečného počasí. Jak již bylo zmíněno, FT jsou pouze sezónní záležitostí, konají se ve většině případů jen od jara do podzimu. Obchodníci vydělávají tedy jen v době, kdy jsou přítomni na trhu. Samozřejmě by se dalo uvažovat o skutečnosti, že by farmář objížděl více takových míst. Bohužel z toho by ale plynuly další výdaje, např. na dopravu, na „lidskou kapitál“ (při pomoci se stavěním stánku, vykládce či nakládce zboží apod.). Touto cestou by také farmář při svém osobním prodeji ztrácel svůj drahocenný čas, který by mohl využít efektivněji, např. obhospodařováním své farmy. Zakladatelé farmářských obchodů tudíž hledali způsob, jak tyto mezery a dále aby i ti, kteří nemají pouze zboží sezónního typu, mohli vydělávat i ve zbytku celého kalendářního roku. Produkty, jako jsou např. mléčné výrobky, vejce či maso se také lépe uskladňují v kamenných prodejnách. Farmářské prodejny nepřinášejí značná pozitiva pouze farmářům. Zákazníci v těchto specializovaných prodejnách mohou nalézt mnohem více druhů potravin pocházející z více míst, než by našli na FT. (Zdeněk Veselý, 2013)

Příklady farmářských obchodů uvádí Spilková (2016), tyto: Sklizeno, Farma rodiny Němcovy, Česká stodola a jiné. Rok 2016 čítal více než šedesát farmářských obchodů po celé České republice, nejvíce se však vyskytují v hlavním městě Praze a potom také v Brně.

3.4.2.3 Bedýnková schémata, neboli „bedýnky“

Dalším typem alternativních potravinových sítí jsou tzv. bedýnky. Jejich vývoj probíhal následovně. Vypěstovaná domácí zelenina či ovoce je velice oblíbená nejen u obyvatel venkova, kteří mají snazší dostupnost těchto komodit, ale také u městských obyvatel. Dříve si lidé tyto produkty opatřovali skrze své příbuzné z venkova, nebo si pěstovali zeleninu či ovoce sami na své zahrádce. Dnes již ne každý má tuto příležitost. Venkovský život se čím dál tím více podobá tomu městskému. Málokdo v dnešní době tráví dobrovolně svůj volný čas na zahrádkách, tudíž zásoby z vlastních zdrojů klesají. Hledají se proto suplementy, které tuto mezeru vyplní. Jedna z možností jsou tzv. *bedýnková schémata* neboli *bedýnkování*. (Spilková, 2016)

Bedýnkování spočívá v tom, že konečný konzument pravidelně, většinou jednou týdně nebo jednou za čtrnáct dní, odebírá bedýnky. Ty nejčastěji obsahují sezónní zeleninu, ovoce, ale i mléčné výrobky, med, vejce, maso pocházející přímo od farmářů. Hlavním důvodem této distribuce je zaručená kvalita a její čerstvost. Jelikož bedýnky putují rovnou k zákazníkovi, nebo max. přes jednoho prostředníka, nedochází ke zdražování při přeprodeji zboží. Předejde se tím také dlouhým transportům, při kterých by zboží ztrácelo na čerstvosti. Zákazník si předem domluví způsob předání, které nejčastěji probíhá osobně s dopravcem. Je také možné si zásilku vyzvednout na odběrovém místě. Jak již z názvu napovídá, suroviny jsou skladovány v recyklovatelných bedýnkách. V případě menšího nákupu i v papírových taškách, nicméně princip zůstává neměnný. Nejčastěji zákazníci volí bedýnky o objemu tří až deseti kilogramů. V dnešní době je již možné zakoupit bedýnku, která obsahuje potraviny z více zdrojů. (Spilková, 2016)

Jediným negativem, který Spilková ve své publikaci *Alternativní potravinové sítě: česká cesta* (2016) uvádí, je ve většině případů nemožnost volby skladby dané bedýnky. Stává se, že lidé občas obdrží pro ně dosud neznámé suroviny, např. rebarbora, tuřín, patison, artyčoky atd. K takovýmto potravinám většina farmářů přikládá leták, který obsahuje doporučený postup přípravy, či přímo recept. Je nutné podotknout, že po vizuální stránce se nemůžou suroviny rovnat těm, které známe ze supermarketů. Z důvodu zachování nejvyšší možné kvality dané suroviny, nepřichází od farmáře dokonale omyté, zároveň také nejsou chemicky ošetřené. Občas se mohou vyskytnout např. nedokonalé tvary zeleniny, které nebylo ještě nedávno možné spatřit ve velkoplošných prodejnách.

Většina velkoplošných prodejen se řídí striktně nařízenými normami o vzhledu potravin. Více o této problematice bude uvedeno v kapitole „Ekonomika plýtvání“.

3.4.3 Legislativní opatření alternativních potravinových sítí

Jelikož se v této problematice jedná především o prodej potravin, které musí splňovat nezávadná zdravotní hlediska, platí pro prodejce přísná, striktní pravidla. Legislativně jsou tedy zahrnuty všechny dotčené orgány. Živočišné produkty tak podléhají kontrole Státní veterinární správy. Dále jsou také zakomponována pravidla hygienických stanic, která se liší dle určitého druhu potravin. V neposlední řadě existují směrnice pro nakládání s nimi. (Krbcová, 2011)

Legislativní opatření alternativních potravinových sítí v České republice se řadí pod název „*Prodej ze dvora*“. Tento pojem vyjadřuje prodej na trzích a tržištích, dále zásobování místních maloobchodních prodejen, které již zboží poskytují přímo koncovému zákazníkovi a v neposlední řadě přímý prodej omezeného množství v místě působnosti. Základní legislativní zdroje, ze kterých prodej ze dvora vychází jsou:

- Veterinární zákon (**Zákon č. 166/1999 Sb.** o veterinární péči a o změně některých souvisejících zákonů);
- **Vyhláška č. 289/2007 Sb.** o veterinárních a hygienických požadavcích na živočišné produkty, které nejsou upraveny přímo použitelnými předpisy Evropských společenství;
- **Vyhláška č. 128/2009 Sb.** o přizpůsobení veterinárních a hygienických požadavků pro některé potravinářské podniky, v nichž se zachází se živočišnými produkty. (Agropress.cz, 2019).

3.5 Ekonomika plýtvání

3.5.1 Úvod

Na začátku této kapitoly je třeba zmínit dva odlišné termíny, kterými jsou: *plýtvání* potravinami a pak jejich *ztráty*.

Ke ztrátám potravin dochází v důsledku následujících faktů. Velká část zemědělských potravin urazí před tím, než se dostanou koncovým spotřebitelům na talíř, čím dál tím delší cestu. Od pěstitelů na pulty v obchodech zboží projde několika fázemi, při kterých dochází nejen k přepravě, zpracování, mražení, přesunu, úpravě či balení. Po absolvování celého tohoto procesu, zboží nejen že nemá své původní kvality, ale také se jeho podstatná část „ztratí“. Ztrátami rozumíme jejich nežádané znehodnocení a následné vyřazení.

Organizace OSN pro výživu a zemědělství uveřejnila studii, kdy výsledky znějí jasně: 1,3 miliard tun potravin přijde vniveč. Celkem se odhadují ztráty veškeré světové produkce potravin kolem jedné třetiny až jedné poloviny. U základních a zároveň také nejdůležitějších surovin, kam se řadí pšenice či rýže, se odhaduje nechtěný úbytek okolo 30 %. Ztráty zeleniny a ovoce tvoří 40–50 %. Maso a mléčné výrobky sčítají 20 % svých ztrát. Výše uvedené údaje nezahrnují ztráty, za kterými mohou být škůdci nebo klimatické podmínky, což je alarmující.

Kampaň WWF záměrně do ztrát potravin započítává i takové suroviny, které jsou určeny pro výrobu biopaliva, či pro krmení zvířat. Jako vysvětlení uvádí fakt, kdy výsledné nižší procento využívané přímo lidmi, zvedá ceny na světových trzích. (Hoering, 2014)

Food and Agriculture Organization (FAO) na svých webových stránkách vysvětluje pojem plýtvání, které označuje také jako „*potravinový odpad*“. Potravinovým odpadem rozumíme tedy jídlo, které nebylo efektivním způsobem spotřebováno do jeho data použitelnosti, často tyto suroviny končí v odpadkovém koši. Vyřazený z oběhu také bývají potraviny, které nejsou dosud nijak závadné, avšak blíží se jejich lhůta minimální trvanlivosti. Obchodníci je již v této době ve většině případů stahují z prodeje, přestože by takovéto potraviny s odpovídajícím označením mohli stále prodávat. Za plýtvání potravinami mají ve velkém procentu odpovědnost také sami konzumenti, kteří ne vždy odhadnou své porce na talíři, či intervaly i velikost svých nákupů. V neposlední řadě za plýtváním stojí normy, které určují např. vzhled. Tímto je myšleno pravidelnost, tvar,

velikost a barvu, zeleniny či ovoce. Vzhled však nijak neubírá na kvalitě dané suroviny. (FAO)

3.6.2 Plýtvání potravinami v České republice

Vůbec první statistiky o plýtvání potravin v rámci českého potravinového řetězce byly zveřejněny až minulý rok v květnu. Z těchto čísel tedy vyplývá, že občan České republiky ročně průměrně spotřebuje okolo 785 kilogramů potravin. Alarmujícím číslem je 200 kilogramů, které vůbec nevyužije a jednoduše je vyhodí. Dle Evropské unie tak přijde vniveč každý rok cca 88 milionů tun potravin, čisté finanční ztráty pak činí 143 miliard eur. S tímto obrovským problémem se však nepojí pouze finanční ztráty, ale také především rozsáhlé sociální a environmentální důsledky. (Gosling, 2018)

3.5.2 Řešení plýtvání

Autorka článku v Pražské deníku se zabývala aktuální problematikou plýtvání potravin. Dala konzumentům tipy, jak lépe nakládat s potravinami, aby nevznikaly přebytky a následné plýtvání. Tzv. **Pyramida potravinového odpadu**. První rada zněla: „*Lépe naplánujte nákupy, méně vyhazujte*“. Dále článek pobízel spotřebitele, aby suroviny, které sami nespotřebují, nabídli někomu jinému. Pokud přebytek zjistí až v době, kdy by bylo pro lidi již zdravotně závadné konzumovat tyto potraviny, autorka radí dopřát je zvířatům. Jako poslední ze svých rad uvádí, jak nakládat s potravinovým odpadem (např. se slupkami od brambor atd.). Tyto suroviny je dle Pražského deníku rozhodně lepší umístit na kompost, nikoliv do odpadkového koše. (Havlíková, 2018)

Další možností, jak omezit plýtvání s potravinami je *kompostování*. Nejedná se tedy o prvotní aktivitu, jak omezit potravinové plýtvání, nýbrž o nástroj, kterým lze vracet důležité živiny do půdy. Ty budou dále využity při pěstování veškerých surovin. Při plýtvání nedochází pouze k finančním ztrátám, ale mnohem důležitějším problémem je vysoká spotřeba přírodních zdrojů, které nejsou do nekonečna obnovitelné. Zemědělská produkce s sebou také nese negativní dopady na životní prostředí. (We eat responsibly, 2015)

Evropská agentura pro životní prostředí (2019) uvedla následující fakta:

- Při výrobě potravin dochází k ohromnému množství spotřebované energie. Zemědělství je nejnáročnější odvětví, co se týče spotřeby vody.

- Nespotřebované potraviny, které se rozkládají bez přítomnosti vzduchu produkují metan, díky kterému vzniká dvacetkrát silnější skleníkový efekt než u emisí oxidu uhličitého. Potravinový odpad je tedy společným zdrojem, ze kterého vzniká ročně 1,5 milionu tun oxidu uhličitého.
- Zemědělská produkce má za následek znečištění zemědělské půdy, také její úbytek biologické rozmanitosti. Ke znečištění dochází i u vodních zdrojů.

Kuchyňské a zahradní zbytky tvoří zhruba polovinu veškerých odpadů pocházejících z domácností, které ve velké míře končí na skládkách. Česká republika se proto rozhodla přijmou směrnici o skládkách a snížit tím skládky obsahující zelený odpad o 65 % oproti roku 1995. Některé obce podpořily tuto myšlenku zavedením sběru tříděného bioodpadu, který následně sváží do kompostárny či bioplynové stanice. Dalším nástrojem, kterým vybrané obce podporují snížení sládkování, je příspěvek na zakoupení domácího kompostéru. Toto opatření se týká konkrétně např. obcí: Hradec Králové, Havlíčkův Brod, Dvůr Králové a další. Velice důležitá je také osvěta v této sféře, jelikož znalost problematiky může rozhodně negativní dopady razantně zmírnit. Aby lidé po zakoupení kompostér správně využívali a investice se tak vyplatila, obec poskytne proškoleného občana, který dále předává cenné rady a poznatky svým spoluobčanům. (Hnutí DUHA, 2013)

Plýtvání by se dalo také předejít, kdyby měla česká populace více vědomostí ohledně informací uvedených na obalech výrobků. Dle statistik CVVM více jak 50 % české populace nezná význam rozdílných pojmů „minimální trvanlivost“ a „spotřebujte do“. Zcela zbytečně pak dochází k vyhazování jídla, které by bylo z největší pravděpodobnosti zdravotně nezávadné (až jedna třetina z veškerého potravinového odpadu domácností). Organizace „Zachraň jídlo“ se z tohoto důvodu rozhodla zorganizovat vzdělávací kampaň „Spotřebuj mě“, kde se blíže zaměřuje právě na tyto pojmy: (Iniciativa Zachraň jídlo, 2019)

- „**Minimální trvanlivost do**“ - takovéto označení mají potraviny s delší dobou životnosti, nepodléhající rychlému kažení. Potraviny, které mají již po uvedené lhůtě nejsou zakázané prodávat, avšak prodávané zboží musí být dostatečně viditelně označeno. Např.: čaje, konzervy, těstoviny, oplatky a další

- **„Spotřebujte do“** – tento termín se uvádí s konkrétním datem na čerstvých výrobcích a také na těch, co se rychle kazí. Po uplynutí této lhůty by výrobek mohl mít za následky zdravotní potíže. Prodej těchto výrobků je přísně zakázán. Např.: maso, ryby a mléčné výrobky. (Zachraň jídlo, 2019g)

3.5.3 Organizace zabývající se plýtváním potravin v ČR

3.5.3.1 Zachraň jídlo

Organizace „Zachraň jídlo“ byla založena v roce 2013 týmem mladých dobrovolníků, dnes v ní působí 8 členů. Pro založení se rozhodli z toho důvodu, že se již nemohli dívat na to, jak se nejen v České republice plýtvá potravinami. Hlavní stanovisko bylo snížit potravinový odpad. Rozhodli se tedy využít potraviny, které by nebyly za běžných okolností zpracovány a skončily by efektivně nevyužity v kompostárnách. Ačkoliv se jedná o „mladou“ organizaci, má na svém kontě rozsáhlou a úspěšnou sbírku různorodých akcí. Seznam happeningů je uveden níže, chronologicky tak jak dané akce probíhaly. (Zachraň jídlo, 2019a)

První úspěšná akce pořádaná ještě téhož roku, kdy organizace vznikla, se jmenovala **„Hostina pro tisíc“**. Zakládající nadšenci uvařili pro širokou veřejnost jídlo ze surovin, které by jinak nebyly vůbec využity pro svůj neestetický vzhled (dále jen „křivá zelenina“), ale také z potravin, které měly blízkost se lhůtu spotřeby. Happening se konal 10. září 2013 na Václavském náměstí v Praze. Celkem bylo využito čtyři sta padesát kilogramů surovin. (Zachraň jídlo, 2019b)

O rok později se uskutečnil happening s názvem **„Tisíc kilo“**. Konal se dne 18. října 2014 na piazzettě Národního divadla. Cílem této akce bylo poukázat na problematiku plýtvání, ke kterému dochází v zemědělském oboru. V této době ještě nebylo možné prodávat pokřivenou nebo jinak „poškozenou“ zeleninu (např. oloupanou cibuli, zakřivenou mrkev či moc malé nebo naopak příliš velké brambory). Toto omezení bylo dáno normami, které zelenina i ovoce prodávaná ve velkoplošných obchodech musela splňovat. Zemědělcům nezbývalo nic jiného, než své produkty vyhazovat také v době, kdy určitého druhu byla nadprodukce, a tudíž zájem o její odbyt rapidně klesal. Zboží, které si mohli lidé za velice symbolickou cenu v tento den zakoupit, věnovali malí a střední zemědělci z blízkého okolí Prahy. (Zachraň jídlo, 2019c)

V předvánoční čas se konal již třetí happening, pod záštitou organizace Zachraň jídlo, známý svým názvem „**Popletená vánočka**“. Dobrovolníci ve stříbrnou neděli rozdávali na Jungmannově náměstí v Praze vánočky, které byly z estetického důvodu neprodejné, např. dostatečně nenakynuly, při pečení praskly atd.). V průběhu necelých tří hodin rozdali celkem tři sta šedesát kusů. (Zachraň jídlo, 2019d)

Dne 5. září 2015 se uskutečnila akce „**Křivá polévka**“. Jednalo se o projekt, při kterém se v Praze u Národního divadla rozdala polévka dvěma tisícům lidí. Hlavní ingredienci tvořila již zmíněná „křivá zelenina“, která by jinak nebyla využita a byla by zaorána zpět do pole. Cílem organizace Zachraň jídlo však nebylo pouze rozdat polévku, ale především seznámit širokou veřejnost s problematikou plýtvání potravin a jejímu možnému předcházení, např. právě využitím „neprodejné“ zeleniny. Veškeré suroviny, které byly potřebné pro výrobu polévky, získala organizace vlastnoručním paběrkováním. Pro paběrkování se dobrovolníci rozhodli v momentě, kdy jim zemědělci sdělili reálná čísla potravinového odpadu, který jsou státem nuceni vyhazovat. Jeden ze zemědělců uvedl příklad, kdy vysadí 25 000 kvěťáků, reálně jich však prodá max. 16 000. Zbytek bohužel nesplňuje předepsané normy. Před samotnou akcí „Křivá polévka“ se paběrkování neprodejné zeleniny účastnilo několik desítek dobrovolníků. (Seifertová, 2015)

„**Jam session**“ byl jeden z dalších projektů konajících se 16. července 2017. Tohoto dne se účastnilo 82 dobrovolníků a 2 šéfkuchaři. Cílem této akce bylo uvařit z neprodejného ovoce co nejvíce skleniček džemu a předejít tak případnému vyhození daného ovoce. Konečné číslo bylo 1 000 sklenic. Z 960 kilogramů ovoce se uvařilo 210 litrů džemu, který byl po konci akce rozdán. Džemy byly naceněny a hodnota tohoto zboží by byla více než padesát tisíc korun. (Zachraň jídlo, 2019e)

Poslední happening, který se konal minulý rok, nesl název „**Disko salát**“. Jak sám název napovídá, při této akci se vyráběly saláty z „křivé zeleniny“. Poté se rozdaly účastníkům této akce. „Disko“ v názvu značí fakt, že celý happening doprovázela hudba. Dále se také fermentovalo a čepovalo pivo vyrobené z tvrdého chleba. (Zachraň jídlo, 2019f)

Snížit množství potravinového odpadu „záchranou“ tzv. křivé zeleniny se rozhodly v České republice i obchodní síť Tesco nebo Rohlík.cz. Zakladatel online supermarketu Ondřej Čupr uvedl na internetovém portálu „Lidovky.cz“, že zavedení prodeje

„křivé zeleniny“ se shledalo s obrovským úspěchem. Také dodal, že rozhodně neplánují s prodejem přestat. Uvedl potraviny, které v současné době nabízejí, jsou to např. brambory, česnek, cibule, jablka i mrkve. Zákazník může toto zboží zakoupit až o 50 procent levněji. (Krupková, 2017)

3.5.3.2 Potravinové banky

Jedna z organizací zabývajících se bojem proti plýtvání a hladu jsou potravinové banky. Jejich činnost spočívá ve shromažďování, skladování a přerozdělování potravin. Nikoliv tedy v poskytování potravin přímo osobám v nouzi. Potravinová banka věnuje charitativním či humanitárním organizacím, které je dále darují potřebným občanům. Činnost probíhá na dobrovolné bázi dárcovství a bezplatné pomoci. Především mají banky za cíl snížit plýtvání jídlem, dále skrze potraviny pomoci těm, kteří trpí hladem a v neposlední řadě znovu prosadit zájem lidí o druhé a vzbudit mezi nimi solidaritu.

Jak už bylo řečeno, odběrateli potravinových bank jsou neziskové a charitativní organizace, poskytovatelé sociálních služeb. Potraviny mohou také odebírat další organizace, popř. i kluby, které nabízejí pomoc občanům. Kolik potravin a v jakém intervalu určitá organizace obdrží, závisí na řadě faktorů. Jedním z nich je např. aktualita potřebné pomoci. Přednost má vždy ta dobročinná organizace, která se specifikuje na řešení aktuálního problému. Rozdělení potravin je tedy kompetencí každé organizace zvláště. Nicméně banky vždy přihlíží na velikost zasažené skupiny, ale i časové možnosti organizací odvážet si dané potraviny. Organizace, které samy vaří a poskytují hotová jídla, nebo ty, které nemají problém spotřebovat v co nejbližší možné době i potraviny po datu minimální trvanlivosti, se řadí do předních příček.

Česká republika v současné době čítá celkem čtrnáct potravinových bank. Do roku 2018 banky spolupracovaly s cca šesti sty padesáti obchody. Avšak počátkem ledna roku 2018, kdy vstoupil v platnost nový právní předpis, který má značný vliv na potravinové banky, se toto množství rapidně navýšilo. Předpis udává, že jsou veškeré prodejny, převyšující svou prodejní plochou rozlohu 400 m², povinny nabízet potraviny, které již není možné prodat, neziskovým a charitativním organizacím. Nyní jsou neprodejné potraviny svázeny z osmi set prodejen v celé České republice, avšak dalších pět set

se v blízké budoucnosti také zapojí. Je tedy více než zřejmé, že aktuální počet potravinových bank je nedostačující. (Potravinové banky, 2018a)

Jak uvedla ředitelka České federace potravinových bank, Veronika Láchová, nyní čítá celkový počet všech zaměstnanců méně než padesát. Tento počet zahrnuje jak skladníky, řidiče, tak i pracovníky vykonávající administrativu. Dále také doplnila, že s rostoucím počtem spolupracujících prodejen je nemožné zajistit naprosto bezchybný chod potravinových bank. V případě, kdy by se již nestíhal odbyt surovin a hrozilo by tak jeho kvalitativní poškození, musely by banky spolupráci odmítnout. Tato činnost by však nebyla v rozporu se zákonem, ale dle Láchové je tato možnost až jako poslední východisko. (Gosling, 2018)

Skutečnost doplnil o konkrétní číselný údaj předseda České federace potravinových bank, Aleš Slaviček. Uvedl, že pro bezproblémový chod potravinových bank jsou potřebné další finanční prostředky, konkrétně pro každou potravinovou banku min. jeden milion korun českých. Tyto prostředky by sloužily pro zajištění každodenního běžného provozu a považuje je za zcela nutné. Nevyhnutelné a zároveň také klíčové je přijmout další lidskou sílu. V současné době bankám chybí řidiči, skladníci, ale také pracovníci na administrativních pozicích. (Potravinové banky, 2018a)

Česká federace potravinových bank také krom svých běžných denních úkonů pořádá různorodé akce. Např. 11. listopadu 2018 se konala tradiční **Národní potravinová sbírka**, která zatím přinesla nejvyšší počet porcí jídla. Tato akce měla za úkol namotivovat občany celé České republiky k pomoci druhým prostřednictvím poskytnutí surovin. Sběrka přinesla řadu pozitivních ohlasů. Za posledních pět let, kdy se sbírka opakovaně konala, se vybralo rekordních 926 000 porcí jídla. Pomoc byla tentokrát směřována domácnostem samoživitelek a jejich potomkům, osamělých seniorů, dále také rodinám ve finanční tísní, ale i lidem v azylových domech. Do této etapy se zapojilo celkem přes sedm set prodejen napříč celou Českou republikou. Jako příklady lze uvést: Globus, Penny Market, Albert, Kaufland, Lidl, Makro, Billu, ale i drogisticky zaměřené obchody, jako jsou například ROSSMANN a dm drogerie markt. V neposlední řadě je zapotřebí uvést potravinové síť Tesco, kde byl právě v jedné z nich vybrán rekordní počet jak potravin, tak i drogistického zboží (Tesco Eden v Praze 10). Lidé zde věnovali přes 8,1 tun zboží. Mimo hlavní město Prahu se sbírka nejvíce vydařila v Brně, kde se nashromáždilo 4,2 tun (prodejna Globus), v Olomouci (3,2 tun) a také v Pardubicích (3,1 tun). (Potravinové banky, 2018b)

3.5.3.3 Beze zbytku

Historii projektu s názvem „**Sdílení jídla**“, který je v České republice poměrně novodobý, můžeme nalézt v Americe pod názvem „**Foodsharing**“. Sdílená jídla se rychle rozšířila i do Evropy. Průkopníkem zde bylo Německo, které založilo neziskovou organizaci s názvem „Foodsharing.de“. Organizace byla založena roku 2012 a od té doby bojuje s plýtváním potravin v rámci celého svého státu. Projekt se stal velmi rychle populární a začal se rozšiřovat do dalších států, jako jsou např. Rakousko a Švýcarsko. Organizace založila online internetovou platformu, která umožňuje svým členům zachránit potraviny, které by za běžných okolností byly vyhozeny - obchody, nebo jejich samotnými konzumenty. Jako jeden z možných příkladů, kdy aplikaci využít organizace popisuje situaci, kdy rodina odjíždí na dovolenou, v lednici má uložené jídlo, které by po návratu z dovolené již nebylo požitelné. Platforma zajistí, že k plýtvání s potravinami nedojde, neboť pravděpodobnost, že se o jídlo někdo přihlásí, je více než vysoká. Program čítá více jak 110 000 uživatelů. Sdílení jídla naši zahraniční sousedé neposkytují pouze přes internetovou aplikaci. Další možností, jak dostat jídlo mezi potřebné, byl vytvořen projekt s názvem „**Fair-Teiler**“, v českém překladu „**Sdílené lednice**“. Tento projekt vznikl z jednoho prostého důvodu – aby i ti, kteří nemají přístup k internetu, měli přístup k jídlu. Sdílenými lednicemi tedy rozumíme veřejně přístupné místo, kam lidé poskytují potraviny, které sami nezužítávají. (Tilmann, 2017)

První sdílená německá lednice byla umístěna v Münsteru. Postupem času se veřejné lednice začaly v německé zemi objevovat na více místech. Tento projekt získal rychle svou oblibu i u našich rakouských sousedů. O naplnění sdílených lednic se v těchto zemích nezasluhují pouze občané jako jednotlivci, ale také restaurace či pekárny. (Foltová, 2018)

V České republice již existuje v současné době několik sdílených lednic. Můžeme je nalézt v hlavním městě Praze, v Brně, v Plzni, či v Českých Budějovicích. Hlavním iniciátorem byla firma *Samsung*, společně s neziskovou organizací *Byznys pro společnost* – společně vytvořily projekt s názvem „**Bezezbytku**“. V Praze stojí tento projekt za instalací třech komunitních lednic. Komunitní centrum a zahrada *Kotlaska*, která se nachází v Praze 8, vlastní právě jednu z nich. Druhá lednice byla poskytnuta multikulturnímu centru s názvem *Studio ALTA* (se sídlem U Výstaviště 21, Praha 7) a poslední se nachází v Praze 3 v Komunitním centru *Žižkov*. (SAMSUNG Bezezbytku, 2018)

Je třeba však podotknout, že s nápadem úplně první sdílené lednice v Praze přišel v roce 2016 běžný občan, pan Radek Vojman, provozovatel pankrácké kavárny s názvem Café Na půl cesty. (Lišková, 2018)

Pro případ, že člověk neví, co s jídlem, které on sám nevyužije, uvádí článek pražského deníku seznam komunitních lednic: Komunitní centrum Žižkov, Café Na půl cesty, Kolej Vltava, Suchdolská radnice, Roosveltova kolej, Studio Alta, Komunitní centrum a zahrada Kotlaska a Toulcův dvůr. (Havlíková, 2018)

Manažerka projektu Samsung Bezezbytku, Veronika Doubnerová, uvádí pravidla, která jsou potřebná dodržovat tak, aby komunitní lednice mohly fungovat a sloužit bez jakýchkoliv potíží. Koordinátor má povinnost kontrolovat stav lednice a dohlížet na její obsah. Nejdůležitějším shledává třídění potravin – v lednici se nesmí nacházet např. nahnilé, nebo zkažené potraviny. Jídlo, kterému již vypršela lhůta spotřeby, musí být z lednice vyloučeno. Uložit potraviny do lednice lze pouze v případě jeho originálního balení, výjimku pak tvoří zelenina a ovoce. Konkrétní suroviny, které lze do lednice umístit, jsou např.: mléčné potraviny, džusy, pasterizované mléko, ale také čerstvé pečivo, ovoce, zelenina. Na druhou stranu do sdílené lednice nepatří: maso, ryby (s výjimkou konzerv), alkohol a uvařené jídlo z domova. (Ďurčíková, 2018)

4. Empirická část

Empirická část této diplomové práce vychází z poznatků teoretických východisek. K průzkumu byla zvolena kvalitativní metoda. Na závěr byl proveden rozbor výsledků, které byly získány prostřednictvím polo-strukturovaných rozhovorů. K rozhovorům byli přizváni, jak zastánci alternativního stravování, tak i běžní konzumenti. Rozhovor obsahoval celkem 18 otázek, které byly dle potřeby provázeny řadou doplňujících dotazů. Základní otázky, jejichž seznam je přílohou této diplomové práce, byly pro všechny dotčené osoby stejné a byly pokládány v neměnném pořadí. Dle výřečnosti a odlišných přístupů k problematice bylo zapotřebí v některých případech dotazování. První rozhovor posloužil jako testovací vzorek a odhalil několik nedostatků, které byly následně odstraněny.

Hlavním cílem tohoto výzkumu bylo zjistit, které skupině (alternativní konzumenti/běžní konzumenti) je problematika plýtvání bližší a která skupina se více schyluje k plýtvání potravin.

Rozhovor byl rozdělen na tři sekce otázek. První část se zaměřovala na životní styl dotazovaných a obsahovala konkrétně dvě otázky, druhá sada otázek si kladla za cíl zmapovat problematiku nakupování skrze osm otázek. Třetí a poslední část čítala taktéž osm hlavních otázek, tyto otázky již byly mířeny na samotné téma plýtvání.

4.1 Popis sledovaného vzorku

K dotazování bylo přizváno celkem 13 dobrovolníků. Vzorek byl vybírán tak, aby vynikly co největší kontrasty odpovědí. Byly tvořeny pomyslné dvojice, které se odlišovaly jak v pohlaví, tak i v povolání a samozřejmě ve stylu stravování. Většina dotazovaných byla z řad kamarádů, či na doporučení od známých. Pro „oživení“ mého výzkumu jsem oslovila s prosbou rozhovoru internetovou skupinu s názvem „Vegetariáni/vegani“. Z této skupiny se mi ozvali 2 jedinci, kteří souhlasili s poskytnutím rozhovoru. Tento zdroj považuji za velice přínosný, neboť jsem před uskutečněním rozhovoru neměla žádné ponětí o samotných osobách, ale také o jejich životních hodnotách.

Ze třinácti dobrovolníků bylo 5 mužů a 8 žen. K alternativnímu stravování se „hlásí“ celkem 6 osob, z toho tedy vyplývá, že 7 dobrovolníků se stravuje bez jakéhokoli omezení. Vzorek byl vybírán v co nejširším věkovém rozhraní. Nejmladšímu dotazovanému bylo 21 let a nejstaršímu 76 let. Účastníci rozhovoru byli také vybíráni dle svého povolání, jelikož jedním ze zkoumaného bylo zjistit, jestli právě povolání ovlivňuje způsob života a s tím související plýtvání.

Rozhovory se konaly v odlišných prostorách dle možností dotazovaných, např. v kanceláři, kavárně, restauraci, ale i v místě bydliště dotazovaných. Čistý čas rozhovorů se pohyboval od 30 do 50 min. Vždy záleželo na tom, jak moc se daný účastník v problematice pohybuje a kolik informací je mu vlastní. Dotazovaní nebyli předem seznámeni s konkrétním tématem diplomové práce. Dané téma se dozvěděli až před samotným zahájením rozhovoru. Z jejich reakcí bylo zřejmé, že problematika plýtvání jim není lhostejná. Např. takto reagoval vegetarián Tibor: „*No, tak to je pro mne silný téma.*“

Také byli upozorněni na to, že rozhovory budou zvukově zaznamenány, nikdo z účastníků neměl s touto skutečností problém. Dále byli obeznámeni s tím, že rozhovory budou použity pouze jako podklad pro tuto diplomovou práci a veškerá fakta budou uvedena pod fiktivními jmény. Pro snazší přehlednost byla vytvořena tabulka účastníků rozhovoru, viz níže.

Tabulka č. 1 - Základní charakteristika dotazovaných

Číslo rozhovoru	Jméno	Věk	Povolání	Místo bydliště	Typ stravování	Konání rozhovoru
1.	Veronika	21	Studentka	Karlovy Vary	AS – vegetariánství	V místě bydliště
2.	Šárka	25	Studentka	Praha	AS – vegetariánství	V restauraci
3.	Vanda	26	Obchodní zástupkyně	Praha	Běžný konzument	V kanceláři
4.	Karolína	28	HR manažer	Praha	AS – veganství	V kavárně
5.	Tomáš	28	Elektrikář	Tábor	Běžný konzument	V místě bydliště
6.	Milan	29	IT programátor	Brno	AS – Paleo Diet	V kavárně
7.	František	31	IT programátor	Tábor	Běžný konzument	V kavárně
8.	Lucie	33	Kuchařka	Praha	AS – vegetariánství	V restauraci
9.	Monika	41	Účetní	Tábor	Běžný konzument	V kanceláři
10.	Tibor	55	Majitel firmy	Liberec	AS – vegetariánství	V kanceláři
11.	Stanislav	63	Rybář	Tábor	Běžný konzument	V místě bydliště

12.	Květoslava	67	Důchodkyně	Benešov	Běžný konzument	V místě bydliště
13.	Marie	76	Důchodkyně	Tábor	Běžný konzument	V místě bydliště

Zdroj: vlastní zpracování, 2019

Z tabulky je patrné, že nejvíce konzumentů alternativní stravy bylo zastoupeno vegetariány. Výzkum byl nejčastěji prováděn přímo v místě bydliště dotazovaných. Nejhojnější věkové zastoupení bylo od 20 do 30 let. Genderově převažovaly ženy.

4.2 Výsledky výzkumu a jejich interpretace

4.2.1 Životní styl

Cílem této kapitoly je zaměřením se na životní styl účastníků rozhovoru. Konkrétněji jsou uvedeny důvody k přechodu na alternativní stravu. Na druhou stranu také běžní konzumenti uvádějí opodstatnění svého stravování.

Jelikož rozhovor byl určený pro obě skupiny, bylo třeba zjistit, „kdo je kdo“. Všechny otázky byly pro obě skupiny stejné a první z nich zněla: „***Vyhýbáte se konzumaci nějaké potraviny ve svém jídelníčku?***“

Na tuto otázku kladně odpovědělo šest dotazovaných. Nejčastěji uváděnými potravinami bylo maso všeho druhu, dále mléko, mléčné výrobky, či vejce. „*Nejím maso od svých pětadvaceti a teď mi je pětapadesát. Jen asi 3 roky jsem jedl maso za posledních 30 let*“ (Tibor).

Vyskytovaly se také potraviny, které svým vynecháním nespádají do kategorií, zabývající se v této diplomové práci. Např. záměrné vyřazování lepku nebo výrobků obsahující vysoké procento sacharidů (Keto dieta) a jiné. Nejširší spektrum krom masa, uvedl Tibor: „*bílou mouku, zejména bílý cukr a mléčné výrobky.*“

Na totéž otázku odpověděla Karolína: „*Ano, takže je to maso, mléčné produkty a snažím se i vajíčka, ale není to úplně stoprocentní. [Takže by se dalo říci, že Tvůj styl stravování se spíš, než k vegetariánství blíží k veganství? - AS] Osmdesát až devadesát*

procent bych řekla veganství, jako neřeším takovýto, když je někde třeba přidat med, tak to neřeším, ale nekupuji si jogurty nebo tak. Ale úplně stoprocentní to ještě zatím není.“

Naopak běžní konzumenti odpovídali na stejnou otázku většinou striktně, např. František: *„Ne, jím všechno.“* „*Kolikrát mě to až štve, že mi všechno chutná“* (Květoslava). *„Všechno jím, nevidím důvod, proč bych neměl něco nejíst. Třeba maso? Vždycky ho lidi jedli, už i v pravěku. Tak proč najednou ne teď?“* (Stanislav)

Druhá otázka se týkala důvodů, **proč se účastníci rozhovoru vyhýbají konzumaci určitých potravin**. Pět dobrovolníků z šesti uvedlo etické důvody, dva z dotazovaných odpověděli kromě etiky také zdravotní hledisko, dále byla uvedena i ekologie. Jediný Milan odpověděl, že ho k Paleo dietě přivedla přítelkyně.

Lucie např. sdělila: *„Hlavně kvůli etickým důvodům. Ale vlastně taky kvůli ekologii.“*

Na totéž otázku odpověděla Šárka: *„Maso mi nechutná, po jeho vyřazení se cítím o dost zdravější, vymizely mi i nemoci. Mléčné výrobky mi nedělají dobře na břicho. A taky se mi nelíbí, jak se zachází se zvířaty.“*

4.2.2 Nakupování

V této kapitole s názvem „Nakupování“ jsou uvedeny praktické příklady, jak obě skupiny (alternativní, i běžní konzumenti) provozují nákupy potravin. Zejména jsou uváděny konkrétní obchody, kde nákupy uskutečňují a také to, zda nakupují do zásoby. Kapitola se také blíže zaměřuje na prodej potravin skrze alternativní potravinové sítě (farmářské trhy, bedýnková schémata). Dále je uvedeno, zda dotazovaní upřednostňují cenu nebo kvalitu produktu a jestli je pro mě důležitý vzhled potravin. V neposlední řadě je obsahem této kapitoly náhled na téma „původ a složení potravin“.

U otázky: *„Kde nejčastěji nakupujete?“* se ti, co se stravují běžným způsobem, ve většině shodovali. Pro větší a méně časté nákupy, které provozují zhruba jednou týdně, uváděli velkoplošné prodejny, jako jsou např. hypermarkety a supermarkety. Nejvíce zmiňovaným konkrétním obchodem byl Lidl nebo Tesco. Drobné, příležitostné nákupy, kde pořizují většinou jen *„jídlo na snídani“* (Tomáš), *„rohlíky a tak“* (Veronika), uskutečňují ve *„večerce jako je Žabka nebo u vietnamských občanů“*. (Tomáš)

„Úplně nejvíc chodím do Lidlu. Zaprvé ho mám nejblíž a taky si myslím, že tam mají fakt kvalitní potraviny. Nejčastěji tam nakupuju šunku a prostě uzeniny. Ty obsahují většinou kolem 80 % masa i víc, což je pro mne nejdůležitější u těchto potravin.“ (Vanda)

„Jezdím do Lidlu, protože mi přijde, že tam mají nejčerstvější zeleninu a ovoce, taky potraviny s vysokým obsahem masa, na to fakt hodně koukám. Nekoupím si párky, co mají víc procent všeho ostatního, než je právě maso“ (Monika).

„My chodíme nakupovat podle toho, co a kde je zrovna v akci, sledujeme letáky. Na to je expert můj muž. Sedne si do křesla, vezme si leták a fix a zaškrťává to, co chceme koupit. A pak taky podle toho, kdy přijde důchod“ (úsměv) (Květoslava).

Výše uvedená tvrzení dotazovaných se dají aplikovat i na širokou veřejnost. V článku „Kde Češi nejradši nakupují?“ obsadily zmiňované supermarkety přední příčky. Lidl se dere stále více do popředí. (Kučera a Vokurková, 2015)

Alternativní konzumenti také uváděli nadnárodní obchodní řetězce - nejčastěji Lidl, který zmiňují kvůli kvalitním produktům, dále pak Globus. Neopomenuli se zmínit i o menších obchodech a v neposlední řadě o farmářských trzích.

„Asi nejvíc, když se dostaneme k nějakým čerstvým potravinám, jako např. farmářský trhy, tak to preferujeme. A z těch velkých Lidl a Globus, protože si myslím, že je tam nejširší nabídka pro mne. Když nechci třeba sýr z kravského mléka, tak zrovna ten Lidl a Globus. Tam si koupíš deset ovčích a deset kozích sýrů a takových věci. Ten Lidl je teď úplně nejlepší, protože vozí německý zboží, nemusíš vlastně kvůli tomu bydlet ani v Liberci“ (úsměv) (Tibor).

Karolína popisuje svůj běžný nákup: *„Já jsem v tomhle docela dost zajatá. Vždycky v neděli dělám velký nákup a vařím si víceméně na každý den. Takže ten velký nákup dělám většinou v Globusu, protože ten je takový nejpřívětivější na tohle stravování. Anebo svátečně objednávám i online třeba na Rohlíku. Do menších obchodů chodím např. do Delmartu. Ale že bych měla nějaký speciální krámky na tu moji výživu, jako je třeba County Life, tak to nikam nechodím.“*

V poslední době se dostává do popředí možnost nákupu prostřednictvím internetu. Ti, co tuto možnost volí, především vyzdvihují časovou nenáročnost a pohodlí. Možnost online nákupu také preferuje František:

„Nejvíce objednávám z Rohlík.cz a nechám si to dovézt. [A proč volíš právě tento způsob nakupování? - AS] Protože čas jsou peníze. A nechci se o to prostě starat, nechci se tam tlačit s lidmi. A nemyslím si, že tam mají špatný věci. Z dřívějšíka třeba vím, že kolikrát přivezli zákazníkovi starý a tvrdý pečivo, ale s tím v dnešní době já problém nemám. [A co tam nakupuješ nejvíce? - AS] Asi každodenní věci typu jako pečivo, šunku, sýr. [Jak často uskutečňuješ takový nákup? - AS] Objednávám vlastně buď já, anebo přítelkyně. Většinou tak jednou za dva až tři dny.“

Farmářské trhy navštěvují nárazově všichni účastníci rozhovoru. Souhrnně lze říci, že tam nejvíce nakupují zeleninu, ovoce, vejce, ale také bylinky a další.

„Ne že bych je nějak vyhledávala, ale když na ně natrefím, určitě se tam podívám a většinou nikdy neodcházím s prázdnou.“ (Šárka)

„Nakupuji vajíčka, domácí sádlo, to je fakt něco a třeba taky marmelády. Jsou poctivě stejně jako domácí, ale kdo má na to v dnešní době čas?“ (Monika)

Hlavním pozitivem koupě výrobku, či suroviny na farmářských trzích zmiňují dotazovaní především kvalitu českého produktu, čerstvost a z toho pramenící nepotřebu chemického ošetření. Na farmářských trzích shledávají i další pozitiva, než „jen“ kvalitní produkty, např. přímý kontakt s prodejci a atmosféru.

„Farmářské trhy nevnímám jen jako možnost nakoupit si jídlo a věci od farmářů. Beru to celkově pozitivně. Myslím tím, jak to na mě působí. Jen tak se tam procházím, povídám si s prodejci. Někteří jezdí i pravidelně, a tak už je znám. To se v supermarketu stát nemůže, že by si někdo chtěl dobrovolně popovídat. Celkově si to užívám. To, že si domů odnáším nějakou super věc, je jen další plus. [Právě jste zmínila, že si odnášíte super věc, co tím myslíte? - AS] Myslím tím to, že všechno pochází odsud, z České republiky. Je to pro nás nejpřirozenější to, co tady roste to, co je tady bylo vyprodukováno. Proč bych měla jíst třeba ananasy a takový věci, když to u nás nikdy přirozeně nerostlo?“ (Lucie)

Někteří dotazovaní se zmínili o sezónnosti farmářských trhů, které neshledávali kladně.

„Na farmářský trhy chodím, teda když jsou, jednou tak za čtrnáct dní. [Když jsou? Co tím myslíš? - AS] Myslím tím, že nejsou celý rok, což mě štve. Rád tam chodím a kupuju si čerstvé, naše potraviny. Ale na konci podzimu skončí, začnou zase až za rok na jaře. [To máš určitě pravdu. Ale v dnešní době existují i farmářské obchody, slyšel jsi o nich? -

ASJ Určitě slyšel, ale moc tam nechodím, vlastně ani popravdě nevím, proč. Asi začnu.“
(úsměv) (Milan)

Našli se i tací, kteří farmářské trhy nevyhledávají. Např. František uvedl své důvody: *„Já osobně na trzích nenakupuji, nemám k tomu úplně důvěru. [Z jakého důvodu? - ASJ Mám pocit, že to dojdou nakoupit do Lidlu a pak to na farmářských trzích akorát prodají. Neříkám, že to tak musí být, jen tomu nevěřím.“* Těmto názorům se snaží organizátoři trhů předcházet, prodejci jsou povinni se řídit Kodexem farmářských trhů, který uvádí řadu příkazů a omezení.

Pár dotazovaný podotklo, že za negativum považují vyšší ceny farmářských produktů. Následně ale také uvedli, že vyšším cenám vlastně „rozumí“, jelikož vědí, že farmáři obchodují pouze s omezeným množstvím zboží, které musí splňovat řadu přísných podmínek. I Tomáš uvedl svou zkušenost s nákupem na farmářských trzích: *„Jednou když jsem šel z práce, zastavil jsem se na náměstí Jiřího z Poděbrad, kde se konaly farmářské trhy. Jelikož vždycky, když jsme s přítelkyní na nákupu, shání kvalitní žitné pečivo, rozhodl jsem se ji tedy zakoupit žitný chléb. Ve stánku s pečivem jsem žádné žitné pečivo neviděl, tak jsem se na něj paní prodavačky zeptal. Vyndala jeden žitný chléb z pod pultu, když mi sdělila cenu, protočily se mi panenky. Ale nakonec, když jsem viděl, jakou z toho měla přítelkyně radost, nelitoval jsem.“*

Při otázce, zda nakupují na farmářských trzích, někteří neopomenuli zmínit i další typy alternativních potravinových sítí, jako např. prodej ze dvora.

„Brambory kupujeme u jednoho pána. Pěstuje je nedaleko naší vesnice. Jsou úplně jiné. Nejsou bílé a bez chuti jako ty ze supermarketu.“ (Vanda)

Dále byl zmiňovaný med a vejce.

„Tak třeba med, ten bych nikdy nekoupila v obchodáku, to prostě není med, je to jen cukr. Pro med si jezdíme k dlouholetému příteli, který se živí jako včelař. Víme, že je kvalitní, a ještě nám ho nechává „za hubičku.“ (Květoslava)

Nejčastěji byly zmiňovány vejce. *„Prostě není vejce jako vejce. Zkus si koupit vejce třeba v Kauflandu a upeč z něj buchtu. Bude bez barvy. Já, když doma upeču piškot z domácích vajec, je krásně žlutý. Myslím, že to přesně značí, v jakých podmínkách slepice, které vajíčka snesly, žily. Pokud jsou chovány volně, sezobnou z trávy třeba i nějakého toho červíka, pak mají kvalitní vajíčka.“* (Monika)

Při porovnání **ceny vs. kvality**, byly odpovědi rozdílné. Největší roli hrála věková kategorie dotazovaných. Jinak odpovídal dvacetiletý IT programátor Milan a jiný názor měla sedmdesátiletá důchodkyně Marie. Souhrnně lze říci, že více převažovala kvalita nad cenou. Osm ze třinácti dotazovaných odpovědělo, že jednoznačně dávají přednost kvalitě.

„Tak určitě vybírám podle kvality. Já na to kolik, co stojí většinou vůbec nekoukám. Prostě si koupím to, co chci. Samozřejmě si nekoupím rohlík za 20 korun, protože pro mě nemá tu hodnotu, ale jestli bude stát 3 nebo 6 korun, mi je jedno.“ (Milan)

Tři dotazovaní ze třinácti bez rozmyslu zmínili cenu. Konkrétně se jednalo o obě ženy, které jsou již v důchodu a také o šedesátiletého rybáře Stanislava. Všichni tři tito dotazovaní jsou běžnými konzumenty.

Jak uvedla Marie: *„Slečno, já se prostě na cenu dívat musím, nemůžu si dovolit koupit prvotřídního lososa z volného chovu, to bych po zbytek měsíce jedla s manželem suchý rohlík.“*

Dva konzumenti uvedli, že nedávají přednost ani kvalitě, tak ani ceně. Elektrikář Tomáš konstatoval: *„Mě je to úplně jedno, něco vezmu a jdu. Nerozmyslím se. Nemám rád nákupy. Koukám hlavně, abych byl co nejrychleji z obchodu pryč.“*

Také kuchařka a majitelka veganské restaurace Lucie, měla k této problematice co říct. *„U mě je to těžký. Ráda bych nakupovala ty nejkvalitnější potraviny a z nich i vařila, ale musím se dívat i na cenu, aby to výsledné jídlo bylo přijatelné pro širokou veřejnost. Takže se vlastně snažím skloubit oboje. Hledám nejkvalitnější možný výrobek za přijatelnou cenu.“*

Při položení otázky, zda se dotazovaní dívají na **původ a složení zboží**, se odpovědi z velké části shodovaly. Nejvíce byla zmiňována aktuální kauza s nekvalitním polským zbožím, které bylo dováženo nejen do České republiky.

„Teď se pokaždé dívám na to, odkud k nám přišlo maso. Vlastně teď už nejen maso. Pokud je nějaký výrobek dovezený z Polska, tak ho jednoduše vrátím.“ (Monika)

Dotazovaní zmiňují, že ne vždy je snadné dozvědět se původ výrobku. *„Někdy to vůbec nemůžu najít, nebo zase přečíst. Stane se, že jdu na nákup a zapomenu doma brýle, to jsem pak vyřízená. Nic nepřečtu. Kolikrát něco koupím a až doma zjistím, odkud ta věc je, to jsem pak i zklamaná.“* (Marie)

Osmdesát procent dotazovaných zmínilo, že se snaží kupovat české výrobky. Důvody byly uváděny stejné: „*podporuji tím české zemědělství*“. (Vanda)

„*Vidím důležitost původu třeba zrovna u ovoce a zeleniny, je nejpřirozenější jíst to, co bylo vypěstováno u nás. A ne to, co je dováženo, jako například tropické ovoce. Jednak jak jsem již řekl, není to přirozené, ale také to nemůže být stoprocentně zdravé. Jak dlouho třeba do České republiky putují banány, nebo ananasy? Musí to být nějak chemicky ošetřené, aby to sem vůbec přišlo v prodejném stavu.*“ (Milan)

Stejný názor měla i Šárka: „*Preferuji domácí produkty, protože vím, že prošly minimální úpravou pro to, aby vydržely transport.*“

K problematice ovoce vyjádřila svůj názor i veganka Karolína: „*Na původ se dívám, ale není to třeba něco, kvůli čemu bych tu věc zahodila. Třeba když jsou to španělské jahody. Samozřejmě, že je raději kupuji tady u nás. Když je jejich sezóna, tak si je jezdím sama natrhat na sběrná pole. Takže když je nějaká možnost si to nasbírat tady, tak to upřednostním, ale v tomhle se už tolik nemůžu omezovat.*“

Na otázku, jak by dotazovaní seřadili výrobky z určitých států, dle své preference (české, německé, polské), jsem dostávala taktéž obdobné odpovědi.

„*Určitě prvně koukám po českých výrobcích.*“ [A co třeba německé produkty? - AS] *Německé mi nevadí, hodně se povídá o tom, že jsou kvalitní. A co se týče těch polských, ty nekupuji.*“ (Květoslava)

Německým produktům před českými by striktně dali přednost pouze dva účastníci rozhovoru. Zmiňovali především kvalitu německých produktů.

„*Beru tak tu národnost, že to Němci dělají precizně.*“ (František)

„*I když to říkám nerada, dala bych přednost německému výrobku. Myslím si, že mají kvalitnější produkty, nejen potraviny, ale napadají mě i prací prostředky. Taky si ale myslím, že i Češi by chtěli mít super věci, ale to, že se sem dováží levnější zboží, je nutí buďto slevit, což většinou nemůžou, anebo teda ubrat na kvalitě.*“ (Monika)

Všichni zastánci alternativní stravy, odpověděli že je pro ně velice důležité sledovat složení dané potraviny.

„*Už jenom kvůli tomu, abych se vyhnula nechtěné složce.*“ (Lucie)

„Složení zkoumám u všeho nového, apriori musím, ale i mě to zajímá. Zajímá mě, co to mému tělu přinese.“ (Veronika)

Nejčastěji zmiňovaný produkt, kde běžní konzumenti kladli důraz na složení, byly masné výrobky. „Jestli na něco koukám, tak je to podíl masové složky. Hlavně u šunky, salámů celkově, párků a tak.“ (Vanda) „Hodně sleduji složení u masa, koukám na to, aby maso nebylo křehčené.“ (Stanislav)

Pátá otázka v kategorii nakupování zněla: „**Nakupujete potraviny do zásoby?**“

V této otázce se odpovědi dvou odlišných skupin (běžní konzumenti, zastánci alternativní stravy) značně nerozcházel. Nejvíce nakupují ve větším množství dlouhotrvající suroviny, které jsou aktuálně za výhodnou cenu, jsou to např. tyto potraviny: cukr, mouka, olej a jiné.

„Když je něco v akci, tak to kupujeme i do zásoby. [A čeho se to například týká? - AS] Potraviny, které dlouho vydrží. Jako třeba mouka, cukr, anebo máslo. [Zmínila jste cukr a mouku, tomu bych rozuměla. Ale co děláte s tím máslem? - AS] Cukr a mouka se nekazí a máslo dávám na mrazák.“ (Marie)

Vanda má podobný názor: „Do zásoby hodně. Kdyby byla třeba válka nebo tak. (smích) Tak máme nakoupeno, plný mrazák. [Co třeba nakupujete do zásoby? - AS] Maso, toho máme fakt hodně. Vždycky když je v akci, třeba kuřecí, tak to jedeme na nákup.“

Dotazovaným nakupování značně ulehčuje plánování samotného nákupu. V případě, kdy mají seznam toho, co chtějí nakoupit, si neodnášejí z krámu tolik „nechtěných“ potravin, které by nakoupili, kdyby šli tzv. naslepo. Devět dotazovaných z celkových třinácti uvedlo, že v případě, kdy si naplánují nákup, nemají problém s tím, že by nakupovali zbytečnosti.

Na otázku: „**Kupujete vždy jen to, pro co jste do obchodu přišli?**“ odpověděla např. Šárka: „Většinou ano. Funguju tak, že si vždycky udělám seznam a jdu po tom seznamu, vyřídím to co nejrychleji a z krámu utíkám. Takže jen zřídkakdy koupím i něco navíc. Například když narazím na ještě něco dalšího za fajn cenu a beztak vím, že bych to koupila za pár dní.“

Také se objevovaly názory, kdy prvotní rozhodnutí kupovat pouze potřebné potraviny, se vcelku rychle změnil. Jak dotazovaní uvádí, za tuto skutečnost mohou např. fakta: „*Když jdu hladový, to pak nakupuji vše, co vidím*“ (František), nebo „*Hodně na mě působí reklama to, jak vypadá třeba obal. Jako důchodkyně mám spousty času a jak chodím mezi těma stojany, tak nakupuji i to původně nechtěné.*“ (Květoslava)

František uvedl svou „slabost“ a také návod na to, jak on „bojuje“ s nakupováním nepotřebného. „*Jdu pro jednu věc a odnáším si minimálně tři. Na to se znám, nevím, jestli mě třeba neovlivňuje i reklama, ale když to vidím, tak to chci, teď na to mám chuť. Tak to nakoupím. [A děláš něco proto, aby se to neopakovalo? – AS] Právě proto jsem se rozhodl objednávat jídlo přes internetový obchod Rohlík.cz. Tam si jen navolím, co chci a nekoupím dalších x věcí navíc.*“

Někteří dotazovaní při rozhovoru zmínili jednu z možné formy alternativních potravinových sítí, tj. **farmářské bedýnky**. Zmínka se však týkala pouze ve formě plánovaného nákupu v budoucnosti. Nikdo z uvedených nemá zatím s touto formou obstarávání potravin vlastní zkušenost. Její pozitiva viděli především v sezónnosti produktů. Naopak negativa ve vysoké ceně.

„*Myslím, že je to super. Už jsem o tom přemýšlel minulý rok, ale bydlel jsem sám, a tak jsem měl strach, že bych to nespotřeboval celý. [Víš, že jsi můžeš zvolit velikost té bedýnky? Může mít třeba jen 3 kilogramy. - AS] Tak to jsem nevěděl, je to určitě super. Hned jak přijdu domu, podívám se na to.*“ (Milan)

„*Slyšela jsem o tom a myslím, že je určitě skvělý, že sám farmář přichystá tu bedýnku. Dá do ní to, čeho má zrovna nejvíc, a tak nedochází k plýtvání potravinami.*“ (Karolína)

„*Když jsem se rozhodovala, jestli do bedýnek jít, hlavní důvod pro byl, že se jedná o čerstvé produkty, které nejsou nijak chemicky ošetřeny. [A proč nakonec k tomu nedošlo? - AS] Nakonec mě zarazila cena, a tak jsem od toho upustila. Myslím, že v dnešní době, která nám dává tolik nákupních možností, si to stejné může člověk obstarat sám a za poloviční cenu.*“ (Monika)

Pět z dotazovaných na otázku: „*Slyšeli jste někdy o tzv. farmářských bedýnkách?*“ odpovědělo, že ještě nikdy.

Poslední otázka ze sekce nakupování zněla: „**Je pro Vás důležitý vzhled potravin – konkrétně u zeleniny a ovoce?**“ U této otázky všichni dotazovaní odpověděli: „Ano, je“. Bylo zřejmé, že až dotazovaní objasní situaci a výsledná analýza této otázky, nebude tak jednoznačná.

Např. odpověď Šárky zněla takto: „Ano, určitě je. [Co je tedy podle Tebe na vzhledu důležité? - AS] Třeba když vidím nepřiměřeně obrovské ovoce, nebo až příliš nablýskané jablko, tak to rozhodně nikdy nekupuji. [A vadilo by Ti například, kdyby dejme tomu byla ne tak úplně rovná okurka, nebo mrkev? - AS] V tomhle případě naopak, tu bych si právě vzala, aby tam nezůstala.“ Ve stejném názoru se shodoval i Tibor: „Vždycky koukám, která okurka je ta nejošklivější.“

„Já si dokonce schválně objednávám takovou zeleninu. Říkám jí „ošklivá“. [Opravdu? A kde ji nakupuješ? - AS] Narazil jsem na ni na internetu. Přimo u prodejce Košík.cz, ale teď už ji vidávám třeba i v Tesco. [Proč si kupuješ zrovna tuhle zeleninu? Nebylo by snazší koupit si tu rovnou? - AS] Snazší na očištění asi ano. Rád vařím, kolikrát i pro kamarády. Někdy teda je surovin víc než dost, ale nikdy mě tohle neodradilo. Naopak si myslím, že je skvělý, když tohle někdo dělá, když prodává zeleninu, která by se jinak vyhodila. Kvalitou a chuťově mi přijde mnohdy i lepší, než ta „chemická“.“ (Milan)

Souhrnně by se dalo říci, že zastánci alternativní stravy nelpějí na potravinových normách, které musí většina velkoplošných obchodů splňovat. Naopak by se dalo říci, že pokud mají možnost, vyberou si právě tu zeleninu, která není symetrická. Na druhou stranu běžní konzumenti, kteří navštěvují především hypermarkety dodržující normy, by volili zeleninu rovnou a nijak nepokřivenou.

Viz odpověď např. Vandy: „Asi jsem v tomhle bohužel povrchní, ale vybírám si hodně. Jen tak si něco nevezmu. Dívám se, aby v košíčku s rajčaty nebylo ani jedno nahnilé. Nebo taky si vybírám okurky a cuketu. Okurka musí být rovná a cuketa zase úzká. Vlastně ani nevím proč.“

Při bližším zaměření se na „křivou zeleninu“, se začali sami dotazovaní zamýšlet nad tím, proč je právě u nich estetický vzhled rozhodující. Např. Vanda, která v předchozí odpovědi uvedla, že dává velký důraz na vzhled zeleniny a ovoce, s postupem času svůj názor během rozhovoru měnila. „Vlastně je pravda, že přítelovi rodiče si sami pěstují zeleninu a ovoce. Tam mi nikdy nepřišlo divné, když nebyla okurka rovná přesně jako podle pravítka. Ale podle mě je to tím, že od té domácí to ani vlastně neočekáváš.“

Ale v supermarketech, když nenarázíš dnes a denně na křivou zeleninu, je to pak prostě nezvyklé.“

4.2.3 Plýtvání potravinami

V této kapitole bude rozebrána problematika plýtvání potravin. Účastníkům rozhovoru byly pokládány různorodé otázky na toto téma. Cílem tedy bylo zjistit, zda je plýtvání u zmiňované skupiny aktuální, případně jaká opatření podstupují pro zvrácení tohoto činu. Dále vysledovat, na jaké úrovni se nachází znalost o problematice a možné zabránění plýtvání.

První otázka se zaměřovala na subjektivní dojem o svém vlastním plýtvání.

„Plýtváte potravinami?“

Většina dotazovaných odpovídala: *„skoro vůbec neplýtvám“* (Stanislav) nebo *„plýtvám hodně málo“* (Květoslava). Co tento výrok skutečně znamenal viz jednotlivé odpovědi: *„Snažím se neplýtvat, samozřejmě že občas něco vyhodím. Ale rozhodně to není, že bych chodila denně s plným košem plesnivého jídla.“* (Karolína) *„Já většinou spotřebuji to, co si koupím. Mám minimální zbytky.“* (Šárka)

Také se samozřejmě našla část dotazovaných, která své plýtvání přiznala. Je třeba podotknout, že tato skupina byla značně v užším zastoupení. Např. odpověď Františka: *„Plýtváme dost. [Takže ne vždy spotřebujete všechny potraviny, co jste nakoupili? - AS] Kéž by. Jako je to blbý, ale asi fakt nikdy. A když spotřebujeme větší část toho, co jsme si nakoupili, tak skoro „slavíme“. [Čím si myslíš, že by to mohlo být způsobeno?] Jak jsem již říkal, když objednávám přes Rohlík, je to v pořádku, ale jak jedeme do krámu osobně, je to problém. Obzvlášť když jedeme jednou za čas na velký nákup, tak tam si koupíme všechno, na co máme zrovna chuť. A myslíme si, jak všechno sníme, jak to všechno zpracujeme. Ale jak říkám, k tomu pak nedochází.“*

Ze získaných odpovědí je patrné, že znatelně méně plýtvají potravinami starší osoby. Sami se označují za „starší generaci“, která dříve plýtvat nemohla, a jak sami říkají: *„zůstalo nám to dodnes“* (Marie). Často zmiňovali, že veškeré potraviny, které zrovna nezkonzumují poté zamrazí.

Jak již uvádí např. paní Marie: *„My neplýtváme vůbec. [Takže všechno jídlo vždycky spotřebujete? - AS] Vlastně ano. Ted' když o tom tak uvažuji, nenapadá mě nic, co bychom třeba nechali propadnout a pak bychom vyhazovali. Může se samozřejmě stát, že na nějakém výrobku neuhlídáme datum spotřeby, ale nikdy ten výrobek nevyhodíme. [Aha. A o co se třeba jedná? A co pak s tím teda děláte? - AS] Jako první mě napadl jogurt, jelikož jsme důchodci, koukáme především na cenu a na velikost produktu. Takže kupujeme např. veliké balení bílého jogurtu, občas se ale stane, že ho máme třeba ještě polovinu, ale už je, jak říkáte „propadlý“. Tak z něj upeču bábovku. To samé platí i pro máslo. To taky kupujeme často do zásoby, když je v akci. Pak ho dáme do mrazničky a v případě potřeby ho vyndám a je jako čerstvé.“*

V návaznosti na předchozí problematiku se nabízela následující otázka: *„Co děláte s případnými zbytky?“* Zde jsem dotazované rozdělila na tři pomyslné tábory:

- **„Radikální neplýtvači“** – Tito lidé mě opět důrazně upozornili, že oni si své nákupy plánují dopředu a dle seznamu nakupují pouze to, pro co si právě přišli. Plánují, co budou vařit a podle toho přizpůsobí své nákupy. V případě, že jim něco zbyde z předchozího dne, uloží to do lednice a dojí to v následujících dnech. *„U nás nejvíce nakupuje manželka. Nákupy tedy probíhají tak, že má na lístečku napsané např. jogurty a když stojí u lednice s nimi, zavolá mi. Ví, který druh jogurtu mám rád, podívá se na datum spotřeby a podle toho společně usoudíme, kolik jich nakonec vezme.“* (Tibor)

„Schraňuji i zbytky ze zeleniny, např. ten tvrdý košťál u kvěťáku, taky různé slupky. Všechny tyhle věci dávám do mrazáku, a když je toho víc, udělám z toho zeleninový vývar.“ (Karolína)

- **„Racionální plýtvači“** – Lidé spadající do této kategorie nejprve tvrdili, že neplýtávají, při dodatečných otázkách jsme společně přišli k závěru, že sice neplýtávají záměrně, ale případný potravinový odpad využívají efektivně. Nejčastěji se objevovaly příklady s pečivem, skořápkami od vajec, kompostérem a jiné. Pozitivum, které z toho vyplývá je, že příroda dostane alespoň část živin, které musela při produkci dané potraviny obětovat.

„Pokud nestihneme sníst včas třeba chleba nebo pečivo, dosušíme ho a pak dáme zvířatům.“ (Stanislav) „Když koupíme chléb, rozkrojíme ho a polovinu dáme do mrazničky.“ (Marie) „Rohlíky suším a pak je rozemelu a mám čerstvou strouhanku.“ (Květoslava) „Skořápky od vajíček sušíme a dáváme farmáři, od kterého máme vajíčka.“ (Monika) „Všechno se snažíme dávat na kompost, tím dostává půda živiny, o které před tím přišla.“ (Lucie)

Kuchařka Lucie se také podělila o svůj názor: „V létě často jezdíme na různé festivaly, kde máme stánek s jídlem. V případě, že nám ještě nějaké jídlo zbývá a festival se už blíží svému zdárnému konci, jídlo rozdáváme návštěvníkům zdarma. Určitě mi to přijde přijatelnější než to nemilosrdně vyhodit do popelnice.“

- **„Plýtvači“** – Lidé, kteří v případě, kdy zjistí, že daná potravina tzv. prošla, ji jednoduše vyhodí do odpadkového koše. Nejčastěji dotazovaní uváděli výrobky s krátkou dobou trvanlivost, jako např. mléčné výrobky, masné produkty, nejvíce však zmiňovali zeleninu a ovoce. „Pokaždé, když jedeme na nákup, kupujeme zeleninu. Říkáme si: ta se vždycky hodí. Pak ji skoro vždycky vyhadujeme scvrklou nebo nahnilou.“ (Vanda)

„Předcházíte tomu, aby se Vám potraviny zkazily?“

Každý z dotazovaných poskytl své doporučení, jak předejít plýtvání potravin. Některé typy se opakovaly, jiné byly ojedinělé.

Např. Veronika uvedla: „Pokaždé když přijedu z nákupu, starší potraviny umísťuji v lednici do přední části, ty nově nakoupené dávám dozadu.“

„Před tím, než se vydám na nákup, se podívám do ledničky, abych věděla, co mám vůbec nakoupit. Pak si sepiši nákupní seznam a nakupuji pouze to, co na něm mám.“ (Karolína)

„Rozhodně bych doporučovala všem, aby plánovali, co budou v průběhu celého týdne jíst a vařit. Podle toho pak můžou uzpůsobit své nákupy.“ (Šárka)

„Moc ráda pečů koláče, buchty a vlastně všechno sladké. Ale jelikož bydlím s přítelem, který nejí sladké a sama bych celý pekáč buchet nesnědla, začala jsem péct z polovičních dávek. Koupila jsem si kvůli tomu i takovou malou formu. Nebo když vím,

že o víkendu pojedou navštívit rodiče, pečou až ve čtvrtek večer a zbytek buchty jim pak na víkend dovezu. Tudiž nic nemusím vyhazovat.“ (Vanda)

Následující otázka je v návaznosti na tu předešlou: **„Co děláte s potravinami před tím, než odjedete na týdenní dovolenou?“**

„V mém případě se většinou jedná o plánované dovolené, hlavně ty dlouhodobější. Takže když nakupuji, tak s odjezdem už počítám a vyhýbám se zbytečností, které by se nesnědly.“ (Milan)

„Před odjezdem zkontroluji, co v lednici zůstalo a pokud jedeme přes rodiče, odvezu jim to. Pokud ne, tak to vyhodím do koše.“ (František)

Pokusila jsem se nastínit situaci, kdy účastníci rozhovoru pořádají oslavu a po jejím skončení jim zbyde spousta jídla. Co s ním udělají? Většina dotazovaných odpověděla, že jim málokdy něco zůstane. V případě, že ano, jídlo, které zbyde zabalí zúčastněným oslavy při odchodu s sebou. Také se vyskytovaly názory, že by nezkonsumované jídlo dojedli v průběhu druhého dne, popř. kdyby se oslava konala ve všední den, zbylé jídlo by vzali svým kolegům do práce.

Z rozhovoru vyšlo najevo, že účastníkům chybí povědomí o tom, jak např. **stát či jiné organizace bojují proti plýtvání**. Žádný z nich nedokázal uvést alespoň tři příklady. Následně byly pokládány i konkrétní otázky, které se týkaly např. potravinových bank, sdílených lednic nebo Národní potravinové sbírky. Prostřednictvím těchto podotázek, jsem se snažila účastníkům napovědět.

„Teď se to hodně řeší, ale že bych takhle luskla a řekla příklady, která organizace dělá to a jiná tohle, to neřeknu. [Zkusím Ti napovědět. Slyšela jsi někdy třeba pojem potravinové banky? - AS] Jo, to vlastně jo. To máš pravdu. Že se tam odnáší to jídlo, vid'?' [Ano, z části máš pravdu. A jaký máš na to názor? - AS] Vlastně to vůbec nevnímám. (Karolína)

Pouze dva dotazovaní uvedli správně rozdíly mezi potravinovými bankami a sdílenými lednicemi. Většina neměla ani ponětí o existenci těchto možností, skrze něž dochází k pomoci potřebným lidem. Často se objevovaly názory typu: *„Už jsem asi o tom někdy slyšel, ale teď konkrétně nevím, o co se přesně jedná.“ (Tomáš)*

„Odhadnete vždy svou porci jídla?“

Při této otázce byly patrné rozdíly mezi dvěma skupinami. Konzumenti stravující se alternativní cestou uváděli, že své porce mají již „v oku“. Tudíž nemají problém svou porci odhadnout. Také ale neopomněli zmínit, že dříve, když se ještě stavovali běžným způsobem, ne vždy svou porci jídla odhadli. Tudíž se buďto přejedli, nebo si jídlo uschovali na potom. Avšak vždy s jídlem počítali a v následujícím čase ho zkonzumovali, nedocházelo tak k plýtvání potravinami.

[Odhadneš vždy svou porci jídla? - AS] Ano. [Takže vždy dojídáš? - AS] Doma dojídám, protože si jídlo na talíř nandám sama, a když jsme třeba v restauraci a stane se, že už nemůžu, dojí to přítel.“ (Šárka)

Větší podíl dotazovaných tvoří mladí, běžní konzumenti, kteří uváděli, že v případě, kdy čerstvé jídlo nedojí, je pouze malá pravděpodobnost toho, že by ho dojedli později. V tomto případě je patrné, že mladí, běžní konzumenti plýtvají více. Taktéž uváděli, že zřídka odhadnou svou porci. Nejčastěji se pak přejí a poté se necítí dobře. *„Když už nemůžu, tak si jídlo schovám napotom, ale většinou ho následující dny stejně vyhodím. [A proč ho nedojíš později? - AS] Jak říkám, většinou se přejím, není mi z toho dobře, tudíž to jídlo nechci nastávající dny ani vidět a do té doby, je už zkažené.“ (František)*

Aktuální problematika plýtvání potravin se netýká pouze domácností, ale jak uvádí článek, na internetovém portálu Čti doma, v restauračních zařízeních se v roce 2017 vyhodilo přes 100 000 tun potravin (Chalupa, 2018). Proto jsem položila účastníkům rozhovoru tuto otázku: **„Co byste dělali, kdybyste byli v restauraci, byli byste už sytí, ale stále by Vám na talíři zbývalo jídlo?“**

Pouze jeden z dotazovaných odpověděl, že by si rozhodně nenechával jídlo zabalit s sebou. *„Nedojím, nechal bych to na talíři a vrátil bych to do kuchyně. [Nenechal by sis to zabalit s sebou? - AS] Nenechal. [A proč? - AS] Protože do restaurace chodím za čerstvým jídlem a ohřívání mi už nechutná.“ (František)*

Souhrnně lze říci, že dotazovaní uváděli, že by záleželo na více faktorech. Např. kolik jídla by jim na talíři skutečně zbývalo. Také by se rozhodovali dle konkrétního případu, např. v luxusní restauraci by si jídlo s sebou zabalit nenechávali. *„Velmi často*

odcházím z restaurace s krabičkou. Protože tam, na rozdíl od domova, porci nijak neovlivním. A jelikož jím vcelku málo, ale častěji, ráda to jídlo uvítám později.“ (Lucie)

Tibor uvedl příklad, jaké kroky podstoupí, než si objedná v restauraci jídlo: *„V restauraci si zásadně neobjednávám polévku. A dost často si nedávám ani přílohu.“* [Proč tomu tak je? - AS] *Právě proto, abych dojedl hlavní jídlo. A když už se stane, že si jednou za čas „dopřeji“ a dám si i tu polévku, i třeba ty brambory a skutečně se stane, že už nemůžu, tak si to bezostyšně vezmu domů. Ale jenom z titulu, aby se to nevyhodilo. Vůbec ne z titulu hamounství.*“

České ekologické a manažerské centrum na svém webovém portálu uvedlo statistiku, která dokazuje, že až polovina české populace nezná rozdíl mezi datem **„Minimální trvanlivosti“** a **„Spotřebujte do...“** Kvůli datumům na obalech se ročně v Evropské unii vyhodí až 8,8 milionů tun jídla, což je alarmující číslo. (CEMC, 2019)

Pět ze třinácti dotazovaných uvedlo, že nevědí, jaký je v pojmech rozdíl. Všichni ale skutečnost doplnili tím, že by dle své vlastní úvahy, po ochutnání či přičichnutí, poznali, zda je výrobek požitelný, či nikoliv.

„To nevím, ale tím, že nakupujeme pouze v malém rozsahu, se domnívám, že potraviny doma máme čerstvé, tudíž datumy nezkoumám. Myslím, že bych to intuitivně cítil. Vím, že jsou dnešní normy přísné. A zpravidla tu potravinu už umím nějak vnímat. Určitě se Ti už někdy stalo, že bylo něco výjimečně zkaženého ještě před tou expirační lhůtou. Člověk sám pozná, jestli to může jíst, nebo to má vyhodit. Naopak když už je něco chvíli tzv. prošlé, tak si k tomu člověk přičichne, trošku ochutná a v 98 % tomu nic není. (Tibor)

Z předchozích výpovědí je patrné, že větší část dotazovaných se o to, co konzumuje zajímá, tudíž osm účastníků odpovědělo správně. *„Datum na minimální trvanlivosti můžu překročit. Můžu to sníst třeba ještě týden po tom datu. Určitě také záleží, o jaký produkt se jedná. A datum spotřebujte do... bych raději už nepřekračovala. Tady mi to přijde striktně dané.“* (Šárka) *„Minimální trvanlivost je, že se to dá jíst ještě po tom datu, mají to třeba sušenky a spotřebujte do mají většinou mléčný výrobky to, co se rychleji kazí. Tady je to už takové víc „o pusu“, když to konzumuješ i potom.“* (Karolína)

Jedna z dotazovaných uvedla, že ve městě, kde bydlí mají obchod, ve kterém prodávají pouze potraviny po lhůtě „minimální trvanlivosti“. [Vy sama do tohoto obchodu chodíte? - AS] *Chodím tam celkem často. [A máte k tomu nějaký speciální důvod? - AS] Vlastně jsem tam zprvu chodila kvůli levným potravinám, tak se tedy i ten krám přímo jmenuje. Moje dcera mi za to pokaždé hubovala. Ted' když se nad tím tak zamyslím, myslím, že nezná právě rozdíl mezi těmi daty na potravinách. [Zmínila jste, že dříve jste obchod navštěvovala pouze kvůli levným potravinám, je tomu tedy dnes již jinak? - AS] Je fajn koupit levné potraviny, to samozřejmě. Ale uvědomila jsem si, že díky mně a díky i dalším lidem, co tady nakupují, se potraviny, kterým nic není, nevyhodí.“ (Květoslava)*

Jelikož alarmující statistiky dokazují, že plýtvání potravinami je aktuální téma, rozhodla jsem se zjistit, zda si účastníci rozhovoru tuto skutečnost uvědomují. Nejčastěji se vyskytovaly odpovědi typu: „*Určitě si to uvědomuji, jsou toho plné zprávy.*“ (Marie) „*Vím, že je to problém, a proto dělám vše proto, abych celé Zemi ulehčila.*“ (Šárka) „*Já si to uvědomuji, a proto to nedělám.*“ (Tibor)

Pouze z odpovědí na tuto otázku, by se dalo určit, kdo je zastáncem alternativního stravování a kdo nikoliv. Avšak nebyly zde shledány absolutně dva odlišné tábory, které by se ve svých názorech rozcházeli (všichni problém plýtvání uznali). Lišili se ale v názorech, proč se jich to „týká“. Alternativní konzumenti nejčastěji uváděli environmentální hledisko, kdy za problém vidí především plýtvání majetkem přírody, málokdy zmínili finanční náklady na nezužitkované suroviny. Běžní konzumenti své postoje vyjadřovali přesně opačným směrem. Prvotní hledisko spatřovali v plýtvání penězi, jen zřídka kdy vzpomněli na přírodu.

„*Vím, že i lidi kolem mne to začali plýtvání řešit už celkem před delší dobou. Myslím, že tím, jak se o tom mluví, se v dnešní době plýtvá méně. Podle mne je ted' Česká republika celkem na vzestupu, lidi vydělávají více peněz a tím si dopřávají to, co si dříve dopřávat nemohli. Nemyslím tím ted' množství, ale kvalitu. Přijde mi, že se v tomhle blížíme k západnímu způsobu stylu života.*“ (František)

„*Vím, že se plýtvá. Ale jak jsem říkala, my neplýtváme, nemůžeme si to dovolit. Když jednou za čas skutečně stane, že něco musíme vyhodit, samozřejmě mě to mrzí. [A proč Vás to mrzí? - AS] Protože jsou to naše peníze, za které jsme si mohli koupit něco jiného.*“ (Květoslava)

„Plýtvání potravinami, ale nejen nimi, je pro mě hodně citlivé téma. Často se o tom bavím i s lidmi v mém okolí. Vlastně obecně celé je to v návaznosti s tím mým stravováním. Šlo to „ruku v ruce“. Protože když jsem jedla normálně, tak jsem prostě něco vyhodila a vcelku jsem si z toho nic nedělala. Mrzeli mě hlavně ty peníze. Ale teď mě strašně mrzí a bytostně to nenávidím, když se plýtvá masem, celkově živočišnými produkty. Kolikrát jsem už v dobách svého veganství byla někde na soukromé akci a stalo se, že někdo si na talíř nandal hodně jídla a pak to nedojedl. Tak jsem šla, a to maso za něj snědla. [Opravdu? - AS] Vážně jsem to dojedla, i jsem už byla vegan, ale stala jsem se ním kvůli tomu, že mi je líto zvířat a když už trpěli, tak ať to ty lidi aspoň ocení. (Karolína)

4.3 Sledování kontrastů a pravděpodobností

Obsahem této kapitoly jsou sledované kontrasty a jejich zhodnocení. Nebude zde však již více rozebírán kontrast alternativní konzument vs. běžný konzument, tomuto srovnání byla věnována značná část diplomové práce. Budou tedy popsány případné **rozdíly mezi pohlavím**. Dále zjištěny fakta, zda plýtvání potravinami ovlivňuje **věk (životní stádium)**, a v neposlední řadě, zda má **povolání** vliv na pohled zmíněné problematiky.

Pohlaví:

Vzorek dotazovaných pro tento rozhovor byl vybírán tak, aby došlo k co nejvyrovnanějšímu genderovému zastoupení, tzn. jak tedy ženského, tak i mužského pohlaví. Bohužel z řad mužů nebylo snadné získat jedince, kteří se stravují alternativním způsobem, popř. pokud již k rozhovoru došlo, nebyli potřebně výřeční a výsledky z rozhovoru nebyly nakonec použity. Konečný stav tedy činil 8 žen a 5 mužů.

Tento nepoměr jsem nakonec nebrala jako zásadní, neboť je všeobecně známo, že více „teplo domova“ udržuje žena, tudíž lze předpokládat, že více obstarává nákup, ze kterého poté i vaří. Lze tedy soudit, že je vhodnější kandidátkou pro tento rozhovor. Tento úsudek také potvrdil Tibor svým výrokem: *„Žena je od toho, aby nakupovala, já to nedělám.“*

Aby se zde dala provést analýza, které pohlaví plýtvá více a které méně, ženám byly „odečteny“ tři „hlasy“, díky čemuž vznikl vyrovnaný počet mužů a žen. Poté bylo

provedeno porovnání, z čehož vyšlo, že více plýtvají muži. Avšak výsledek se lišil pouze o jeden hlas, tudíž ani analýza dle pohlaví dotazovaných, neurčila zvrtný výsledek, na základě něhož, by se dalo posoudit, zda plýtvají více ženy či muži.

Věk (životní stadium):

Jelikož pouze tři dotazovaní ze třinácti uvedli, že ne vždy se jim podaří spotřebovat všechny potraviny, které nakonec skončí v odpadkovém koši, Vyplývá z toho, že deset dotazovaných uvedlo, že u nich k plýtvání nedochází. V tomto faktu se však nenalezla shoda, která by značně určila věkovou kategorii, při které k plýtvání dochází nejvíce, či naopak nejméně. Opět nelze zde vycházet pouze z jednoho určeného faktu, tj. věk dotazovaných. Svou roli zde hraje více skutečností. Dalo by se pouze říci, že méně plýtvají lidé v důchodovém věku a také lidé po čtyřicátém roku věku. U věkové kategorii 21–33 let, hrály největší svou roli potravinové zvyklosti dotazovaných.

Povolání (finanční situace):

Často zmiňovaný důvod, proč si lidé „nemohou dovolit“ plýtvat, byla jejich finanční situace. Rozhodla jsem se tedy zaměřit na to, zda povolání a z toho samozřejmě pramenící finanční ohodnocení, je právě rozhodujícím faktorem. Nelze toto považovat za plnohodnotný ukazatel, jelikož jednotlivé příjmy dotazovaných, jsem neměla k dispozici. Lze pouze soudit z konkrétní profese a jejího postavení na trhu. Vzorek dotazovaných byl vybírán záměrně, v co nejširším možné zaměření. Dotazovaní byly z řad studentů, podnikatelů, dělníků, živnostníků, tak ale i vysoce postavených manažerů či majitelů prosperujících firem.

Nelze říci, že by pouze finanční stránka jedince určovala poměr plýtvání potravinami. I v tomto případě se jednalo o kombinaci více faktorů, např. věk a povolání, nebo povolání a typ stravování. Více bude uvedeno na konkrétních případech. Záměrně byli vybráni pracovní kolegové z IT firmy (Milan a František), kde lze předpokládat, že jejich finanční příjmy se razantně neliší. Avšak oba dotazovaní měli na problematiku plýtvání značně odlišné názory.

Milan, který se stravuje alternativní cestou, měl o daném tématu celkový přehled. Vypověděl, že je zásadně proti plýtvání a svým stylem života se snaží o co nejmenší

potravinový odpad. Nákupy větších rozměrů plánuje s předstihem několika dnů a pro snazší orientaci mu vždy slouží nákupní seznam.

Na rozdíl z výpovědí Františka, který je běžný konzument, bylo zřejmé, že téma plýtvání potravin mu není vlastní. Také několikrát uvedl, že nepřemýšlí o tom, co zrovna nakupuje. Většinou potraviny obstarává několikrát do týdne a kupuje „*co se mi zrovna líbí a na co mám chuť*“. Jak sám uvedl, tímto stylem nakupování pak přináší domu značné množství potravin, které na závěr skončí v odpadkovém koši.

Jak by se mohlo předpokládat ti, kteří mají více peněžních prostředků, musí zákonitě plýtvat více. V tomto dotazníku vyšel najevo přesně pravý opak. Např. Tibor, ředitel, a zároveň majitel prosperující firmy zabývající se krizovým řízením, uvedl, že kdyby mohl, byl by „Ministrem plýtvání“. Jelikož plýtvání považuje za „něco sobeckého“. Zmínil se, že záměrně v jejich rodině nakupuje pouze jeho žena, aby se nestalo, že by např. v jeden den nakoupili totožné potraviny oba dva. „*Když je manželka v krámu a vybírá zrovna to, co mám rád, zavolá a sdělí mi, do kdy má daný výrobek lhůtu trvanlivosti. Podle tohoto se společně rozhodneme, kolik kusů nakonec koupí.*“

Další z dotazovaných byla obchodní zástupkyně Vanda, která se netají tím, že zamezení plýtvání, není její silnou stránkou. Často uváděla příklady, kdy v jejím životě dochází k plýtvání, mnohdy se tomuto faktu dalo zabránit.

Z výše zmíněného, nelze v přesnosti říci, že by právě finanční situace, byla jedním z rozhodujících faktorů v plýtvání.

Ani jeden z vybraných faktorů nedokázal s přesností určit, která skupina z dotazovaných plýtvá více či méně. Aby analýza poskytla přínosné výsledky, bylo by zapotřebí zkombinovat více faktorů, např. věk a typ stravování, povolání a typ stravování.

5. Diskuse výsledků a doporučení

Dotazovaní uváděli, že nejčastěji své nákupy uskutečňují prostřednictvím supermarketů, nebo hypermarketů. Tyto nákupy podstupují průměrně jednou za čtrnáct dnů. V těchto obchodech obstarávají nejčastěji trvanlivé potraviny. Doplnkové nákupy, prostřednictvím nich obstarávají potraviny s kratší trvanlivostí a také „běžné, každodenní“

potraviny (pečivo), pak uskutečňují v menších, specializovaných obchodech (např. pekárny), či večerkách.

Je patrné, že „vymoženosti“ dnešní moderní doby sahají do všech oblastí každodenního života. Např. dotazovaní zmiňovali jimi využívanou alternativu on-line nákupu prostřednictvím webového portálu, nejčastěji pak Košík.cz. Objednané potraviny, jsou jim v předem smluvený čas doručeny přímo domů, tudíž spotřebitelé nemusí vůbec opouštět svůj domov, proto aby uskutečnili nákup potravin. Pozitivum výše zmiňovaného neshledávají pouze v on-line přístupu, ale také v tom, že při objednávce mají stále před očima celkovou částku, díky které nenakupují zbytečné potraviny, které by nakonec ani nespotřebovali a docházelo by tak pouze k plýtvání potravin.

Často zmiňovaný způsob nákupu, který dotazovaní uváděli, byly Alternativní potravinové sítě, nejčastější pak farmářské trhy. Je patrné, že obliba farmářských trhů jde značně do popředí. Účastníci rozhovoru za největší pozitiva uváděli čerstvé, kvalitní české potraviny, které nelze zakoupit ve velkoplošných obchodech, jako jsou např. supermarkety. Také zmiňovali celkovou atmosféru na trzích. Kladně hodnotí také osobní kontakt s někým, kdo ví vše o prodávaném produktu a může tudíž v případě potřeby poradit. Většinou si totiž farmáři nemohou z finančních nákladů dovolit zaměstnávat někoho, kdo by se pouze specializoval na prodej, tudíž nejčastěji jsou prodejci sami farmáři, popř. jejich nejbližší.

Za negativum pak dotazovaní označovali sezónnost farmářských trhů a vyšší ceny produktů. Vzápětí však konstatovali, že vyšším cenám rozumí. Usoudili nákladnost na vypěstování svých vlastních výrobků, i další peněžní výdaje, které musí farmář investovat. Např. dopravné i čas farmáře. Také zmínili pouze omezené množství, který „malý“ soukromý farmář má k dispozici. V závěru je možné říci, že jsou spotřebitelé ochotni si připlatit za kvalitní český produkt.

V této diplomové práci byly uváděny i další formy Alternativních potravinových sítí, jako např. bedýnková schémata. Při zmínění tohoto pojmu bylo zřejmé, že ne všichni z dotazovaných pojem znají. Někteří zmínili, že o předprodeji těchto bedýnek již uvažovali, nicméně k jejich objednání zatím nedošlo. Většinou se jednalo o finanční důvody.

V diplomové práci byla účastníkům kladena otázka, zda je pro ně rozhodující cena či kvalita potravin. U této problematiky hrála největší roli věková kategorie dotazovaných. Rozdílně odpovídal dvaceti devíti letý Milan a jinak sedmdesáti šesti letá Marie. Mladší generace nejčastěji upřednostňovala kvalitu nad cenou. Naopak věková kategorie 63–76 let kladla důraz především na cenu produktů.

Z rozhovorů, které byly uskutečněny, jak s alternativními, tak i běžnými konzumenty vyšla najevo skutečnost, že o složení daného výrobku se více zajímají právě zastánci alternativního stravování. Složení si přejí znát z toho důvodu, aby se, popř. vyhnuli konzumaci nechtěné suroviny. Běžní konzumenti uváděli, že složení výrobku sledují pouze pokud se jedná o kvalitu potravin, např. podíl masové složky, kterou pokládají za velmi důležitou. Ostatní složky v potravinách, jako např. přídavné látky (aditiva), jsou pro ně druhotné.

Původ potravin, po aféře s dováženými potravinami z Polska, je v dnešní době aktuálním tématem. Většina dotazovaných uvedla, že aktuálně sledují, odkud byl produkt dovezen, i když to např. v dřívě nedělali. Preference byly jednoznačné. Nejčastěji lidé kupují české potraviny, které pokládají za čerstvé. Také na koupi produktu z České republiky shledávají pozitivní podporu českého trhu. Pokud by si účastníci rozhovoru mohli vybrat mezi českým a německým výrobkem, německému by daly přednost pouze dva spotřebitelé. Jako důvod pak uváděli charakter národa, díky kterému shledávají německé produkty kvalitnějšími. V případě polských výrobků, více jak 80 % uvedlo, že by daný výrobek nezakoupilo, popř. je ochotno ho i vrátit.

Potravinami tzv. do zásoby nakupují všichni z dotazovaných. Jedná se především o dlouhotrvající potraviny, které se rychle nekazí. Nejčastěji byly uváděny potraviny jako cukr, mouka, olej a mléko. Výsledné množství těchto produktů, může být rozdílné v závislosti na akčních letákových nabídkách.

Nákupní seznam označili dotazovaní za „šikovného pomocníka“, díky kterému nejen v obchodě stráví méně času, ale především nenakoupí další nepotřebné zboží, čímž předcházejí plýtvání. Devět dotazovaných z celkových třinácti uvedlo, že nemají problém s nakupováním nepotřebného právě v případě, kdy nákup naplánují.

Organizace Zachraň jídlo uveřejnila na své internetové stránky článek „Jsem připraven“. Článek se týká problematiky, tzv. křivé zeleniny, která díky tomu, že nespĺňuje stanovené normy, se nedostane ke konečným spotřebitelům. Toto číslo se pohybuje až okolo 20 % z veškeré zemědělské produkce. Zajímalo mne tedy, kdo z dotazovaných „je připraven“ tuto neobvyklou zeleninu akceptovat. Výsledky hovořili jasně. Vzhled je pro účastníky rozhovoru velice důležitý, ne vždy však ve stejném slova smyslu. Tři z dotazovaných uvedli, že s „křivou zeleninou“ mají již zkušenost, a naopak ji preferují. Ostatní dotazovaní uvedli, že by neměly se spotřebou této zeleniny problém a navíc myšlenku, zařadit takovouto zeleninu do klasických obchodních řetězců, shledávají za pozitivní. Je zřejmé, že informovanost hraje nejen v tomto oboru důležitou roli.

Poslední a zároveň nejdůležitější sekce z rozhovoru se týkala problematiky plýtvání. Výsledná fakta byly následující:

K plýtvání potravinami se přiznal pouze zlomek dotazovaný, což absolutně nesouhlasí se statistikami, které dokládají, že v České republice průměrně každý občan spotřebuje 785 kilogramů potravin, z toho však 200 kilogramů vůbec nevyužije a tyto potraviny skončí nejčastěji v odpadkovém koši.

Během rozhovorů však dotazovaní poukazovali na plýtvání ostatních lidí ve svém okolí. Objevovaly se názoru typu: „*Já sice moc neplýtvám, ale moje mamka, ta plýtvá za tři.*“ (Veronika) Z této skutečnosti je zřejmé, že pro účastníky rozhovoru není problematika plýtvání lhostejná. Taktéž můžeme z tohoto usoudit, že plýtvání je globální problém.

Aby došlo ke snížení výše zmíněného čísla, je zapotřebí lépe plánovat celkově spotřebu jídla, z toho pramenící i nákupy. Před odjezdem na nákup by lidé měli zkontrolovat, jaké suroviny doma skutečně mají a podle toho uskutečňovat nákup. Neměli by opatřovat potraviny „naslepo“ a rozhodně ne hladoví.

Dotazovaní také uváděli, že nespotebované jimi potraviny, poskytnou zvířatům, nebo dají na kompost. Tento způsob spotřeby považují za kladný, neboť jak sami uvádí, alespoň část z toho, co půda při produkci všeho živého ztratila, opět obdrží. Tyto skutečnosti poté nepovažovali za plýtvání. Rozhodně by bylo nejvhodnější, aby docházelo k co nejmenšímu potravinovému odpadu, v případě jeho vzniku teprve využít kompostér. Nicméně statistiky hovoří jasně a do ztrát potravin záměrně započítávají veškeré ztráty.

Jako vysvětlení uvádí, že výsledné nižší procento využívané přímo lidmi, zvedá ceny na světových trzích.

O existenci organizací, které bojují proti plýtvání potravinami, mělo ponětí pouze několik účastníků rozhovoru. Většinou to byli alternativní konzumenti, kteří se o celkovou problematiku ohledně stravování zabývají. Po sdělení těchto možností i ostatním dobrovolníkům, jsem shledávala nadšení.

Není divu, že k plýtvání potravin dochází, neboť se prokázala neznalost dotazovaných již v základních pojmech, jako je např. „datum minimální trvanlivost a spotřebujte do...“. Vždyť jen kvůli datumům na obalech se v Evropské unii vyhodí až 8,8 milionů tun potravin. Domnívám se, že osvěta nejen v této oblasti, je více než důležitá a dokáže značně zvrátit statistiky.

Výsledky z této analýzy nelze aplikovat na celou širokou veřejnost, neboť vzorek, na rozdíl od kvantitativní metody, obsahoval pouze omezené množství jedinců. Tudíž není pravděpodobné, že by výsledky ve spolupráci s jinými účastníky dopadly totožně. (Hendl, 2016)

6. Závěr

Diplomová práce s názvem *Alternativní styly spotřeby potravin a ekonomika plýtvání* se zabývala problematikou alternativního stravování ve spojení s ekonomikou plýtvání. Obě tyto témata jsou velice aktuální, jelikož v dnešní moderní době se stále střetávají dva odlišné „tábory“. Prvním z nich jsou vyspělé státy, které se vyznačují nadbytkem potravin, z neohleduplnosti pak dochází k jejich plýtvání a následnému potravinovému odpadu. Na straně druhé se stále v dnešní době vyskytují rozvojové země, ve kterých jejich občané trpí nedostatkem potravin a hladem. Jedním z dílčích cílů bylo tedy zjistit příčiny plýtvání a následně možné způsoby vyvrácení této skutečnosti.

Teoretická část diplomové práce byla pomyslně rozdělena na dvě části, a to na problematiku alternativního stravování a ekonomiku plýtvání. V první části byly popsány vybrané pojmy vztahující se k problematice alternativního stravování, jako je např.: pojem alternativní stravování samotný, dále byly uvedeny rozhodující faktory k přechodu na alternativní výživu, byly charakterizovány vybrané alternativní styly stravování a v neposlední řadě alternativní potravinové sítě. Druhá část se specializovala

na pojem ekonomika plýtvání; byl zde popsán stav plýtvání v České republice; bylo uvedeno doporučení, jak zabránit zbytečnému plýtvání; nakonec se diplomová práce soustředila na organizace zabývající se plýtváním potravin v ČR.

Empirická část si kladla několik otázek, které směřovaly k zodpovězení hlavní výzkumné otázky, tj. *Plýtvají alternativní konzumenti méně než konzumenti konvenční stravy, popř. proč tomu tak je?* Výsledky empirické části této diplomové práce jasně neprokazují, že by k plýtvání docházelo méně u zastánců alternativního stravování. Avšak objevily se skutečnosti prokazující, jak odlišné skupiny chápou plýtvání potravinami. Zatímco běžní konzumenti za plýtváním potravinami viděli pouze finanční ztrátu svého jmění, zastánci alternativního stravování prvotně poukazovali na environmentální důsledky, a poté, ne avšak vždy, uváděli finanční ztrátu.

V praktické části mimo stylů stravování, také proběhlo porovnání různých hledisek, jako např. věk, povolání, ale i pohlaví dotazovaných. Avšak ani jedno výše zmíněné hledisko jednoznačně neprokázalo zvrtné výsledky. Aby při sledování kontrastů a pravděpodobností byly rozdíly viditelné, bylo by zapotřebí jejich kombinace, např. styl stravování a povolání, věk a povolání.

Jedním z dílčích cílů, jehož výsledek byl prokázán, bylo zjistit v jaké míře jsou dotazovaní informovaní o problematice plýtvání potravin. Z rozhovorů je však patrné, že informovanost není na vysoké úrovni. Jako příklad lze uvést nevědomost rozdílů mezi pojmy „spotřebujte do...“ a „minimální trvanlivost“, nebo také dotazování zřídka kdy dokázali uvést organizace bojující proti plýtvání potravinami.

Během rozhovorů značná část dotazovaných uváděla příklady, jak lidé v jejich okolí plýtvají potravinami. K plýtvání potravin z velké části dochází právě v domácnostech, nicméně na výsledném procentu se podílejí i potravinové řetězce, restaurace a další. Z této skutečnosti lze soudit, že problematika plýtvání je globálním problémem. Jak již bylo uvedeno, osvěta v tomto oboru je více než důležitá. Pro kvalitní život nejen nás, ale i našich potomků a dalších generací, je potřebné veškeré činnosti směřovat k tomu, aby číselné statistiky uváděné v této diplomové práci směřovaly dolů.

7. Seznam použitých zdrojů

7.1 Literární zdroje

FOŘT, Petr. *Tak co mám jíst?* Praha: Grada Publishing, a.s., 2007. ISBN 978-80-247-1459-2.

HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Čtvrté, přepracované a rozšířené vydání. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-0982-9.

HOERING, Uwe. *Ztracené sklizně: plýtvání a potravinová bezpečnost*. Praha: Glopolis, 2014. ISBN 978-80-87753-19-4.

CHRPOVÁ, Diana. *S výživou zdravě po celý rok*. Praha: Grada, 2010. Zdraví & životní styl. ISBN 978-80-247-2512-3.

KUDLOVÁ, Eva a kol. *Hygiena výživy a nutriční epidemiologie*. Praha: Karolinum, 2003. Učební texty Univerzity Karlovy v Praze. ISBN 978-80-246-1735-0.

MELINOVÁ, Vesanto a Brenda DAVISOVÁ. *Průvodce (začínajícího) vegetariána: Kompletní průvodce zdravou vegetariánskou stravou*. Nové, aktualizované vydání. Překlad do češtiny: Andrea Komínková. Radňovice: Andrea Komínková, 2008. ISBN 978-80-904291-0-9.

MUŽÍK, Vladislav. *Výživa a pohyb: Jako součást výchovy ke zdraví na základní škole: Příručka pro učitele*. Brno: Paido, 2007. ISBN 978-80-7315-156-0.

Recyklace 2.0: jak stát může snížit plýtvání surovinami. Brno: Hnutí Duha, 2013. ISBN 978-80-86834-52-8.

RUSSO, Ruthann. *Syrová strava jako životní styl: filozofie a výživa na pozadí syrové a živé stravy*. Olomouc: Fontána, 2009. ISBN 978-80-7336-686-5.

SPIPKOVÁ, Jana. *Alternativní potravinové sítě - česká cesta*. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-3307-7.

STRÁNSKÝ, Miroslav a Lydie RYŠAVÁ. *Fyziologie a patofyziologie výživy*. Druhé, doplněné vydání. České Budějovice: ZSF JU, 2014. ISBN 978-80-7394-478-0.

STŘEDA, Leoš a kol. *Vybrané kapitoly o zdraví*. Praha: Univerzita Karlova v Praze – Pedagogická fakulta, 2010. ISBN 978-80-7290-480-8.

WISNIEWSKA-ROSKOWSKA, Kinga. *Vegetariánství*. Ostrava: Salvo. 1990. ISBN 80-85236-02-8.

7.2 Internetové zdroje

AGROPRESS.CZ. Jaké jsou podmínky „Prodeje ze dvora“. *AGROPRESS.CZ*. [online]. 2013 [cit. 2019-03-10] Dostupné z: <http://www.agropress.cz/jake-jsou-podminky-prodeje-ze-dvora/>

BROWN, Allison. *Farmers' market research 1940-2000: An inventory and review*. [online]. 2002 [cit. 2019-03-06] Dostupné z: <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.199.3976&rep=rep1&type=pdf>

Disko salát *Zachraň jídlo*. [online]. 2019f [cit. 2019-03-14] Dostupné z: <https://zachranjidlo.cz/disco-salat/>

Diskonty a supermarkety nabírají na významu. Tisková zpráva. *GfK Shopping FMCG*. [online]. 2018 [cit. 2019-03-07] Dostupné z: https://www.gfk.com/fileadmin/user_upload/country_one_pager/CZ/documents/2018/__181128_GfK_TZ_Shopping_FMCG_czfin.pdf

DLABALOVÁ, Tereza. Kdo je kdo – vegetarián – vegan – vitarián. *Vegefest – festival soběstačnosti*. [online]. 2015 [cit. 2019-03-05] Dostupné z: <http://www.vegetarianskyfestival.cz/kdo-je-kdo-vegetarian-vegan-vitarian/>

ŘURČÍKOVÁ, Petra. Žižkov má komunitní lednici pro sdílení potravin. *NAŠE PRAHA.CZ*. [online]. 2018 [cit. 2019-03-12] Dostupné z: <http://www.nasepraha.cz/zpravy-45/zizkov-ma-komunitni-lednici-pro-sdileni-potravi>

eAGRI. Kodex farmářských trhů. *Asociace farmářských tržišť České republiky*. [online]. Praha: © Ministerstvo zemědělství, 2011 [cit. 2018-03-08]. Dostupné z: http://eagri.cz/public/web/file/120003/Kodex_farmarskych_trhu.pdf

Economia. Farmářské trhy jsou přirozený způsob nakupování. *Farmářské tržiště*. [online]. 2011 [cit. 2019-03-09] Dostupné z: <http://www.farmarsketrziste.cz/wp-content/uploads/Farmarske-trhy-prirozeny-zpusob-nakupovani.jpg>

Evropská agentura pro životní prostředí, UN Framework Convention on Climate Change, Swedish Environmental Protection Agency. CO JE FOOD WASTE. *Potraviny pomáhají*. [online]. 2019 [cit. 2019-03-20] Dostupné z: <http://potravinypomahaji.cz/co-je-food-waste/>

FAO. Food Loss and Food Waste. *Food and Agriculture Organization of United Nations*. [online]. 2018 [cit. 2019-03-10] Dostupné z: <http://www.fao.org/food-loss-and-food-waste/en/>

FOLTOVÁ, Veronika. Sdílené lednice: ideální způsob, jak přestat plýtvat jídlem. *CityDog*. [online]. 2015 [cit. 2019-03-11] Dostupné z: <https://city-dog.cz/post/sdilene-lednice-idealni-prostredek-jak-prestat-plytvat-jidlem/>

GILÍK, Richard. Prospívá vegetariánství zdraví? *Vitalia* [online]. 2010 [cit. 2019-03-04]. Dostupné z: <https://www.vitalia.cz/clanky/prospiva-vegetarianstvi-zdravi/>

GOSLING, Tim. Nový zákon: Plýtvání jídlem musí skončit. Česká pozice. [online]. 2018 [cit. 2019-03-10] Dostupné z: http://ceskapozice.lidovky.cz/novy-zakon-plytvani-jidlem-musi-skoncit-ffg-/tema.aspx?c=A180518_094322_pozice-tema_houd#utm_source=email&utm_medium=text&utm_campaign=lidovky.directmail

HAVLÍKOVÁ, Magdalena. Plýtvání jídlem začíná být neúnosné. Pomohou sdílené lednice? *PRAŽSKÝ deník.cz*. [online]. 2018 [cit. 2019-03-11] Dostupné z: https://prazsky.denik.cz/zpravy_region/plytvani-jidlem-zacina-byt-neunosne-pomohou-sdilene-lednice-20180824.html

Hostina pro tisíc. *Zachraň jídlo*. [online]. 2019b [cit. 2019-03-14] Dostupné z: <https://zachranjidlo.cz/hostina-pro-tisic/>

CHALUPA, Martin. Nesmyslné plýtvání potravinami: České restaurace musí vyhazovat neprodané jídlo, ačkoliv ho chtějí rozdat. *ČtiDoma.cz*. [online]. 2015 [cit. 2019-03-19] Dostupné z: <https://www.ctidoma.cz/zpravodajstvi/2018-11-26-nesmyslne-plytvani-potravinami-ceske-restaurace-musi-vyhazovat-neprodane>

Iniciativa Zachraň jídlo. Jaký je rozdíl mezi pojmy “minimální trvanlivost“ a “spotřebujte do“? Polovina Čechů chápe označení špatně. *Informační centrum bezpečnosti potravin*. [online]. 2019 [cit. 2019-03-14] Dostupné z: <https://www.bezpecnostpotravin.cz/jaky-je-rozdil-mezi-pojmy-minimalni-trvanlivost%E2%80%9D-a-spotrebujte-do%E2%80%9D-polovina-cechu-chape-oznaceni-spatne.aspx>

Jam session. *Zachraň jídlo*. [online]. 2019e [cit. 2019-03-14] Dostupné z: <https://zachranjidlo.cz/jam-session/>

Komunitní lednice Samsung Bezezbytku. *SAMSUNG Bezezbytku*. [online]. 2018 [cit. 2019-03-12] Dostupné z: <http://www.samsungbezezbytku.cz/komunitni.html>

KRBCOVÁ, Lenka. Farmářské trhy: pro kvalitní mrkev a ještě za dobré prachy. *Vitalia.cz* [online]. 2011 [cit. 2019-03-09] Dostupné z: <https://www.vitalia.cz/clanky/farmarske-trhy-rozhovor-jiri-sedlacek/>

KRUPKOVÁ, Karolína. Křivá zelenina v obchodech: Prodejní hit i nepochopení zákazníků. *LIDOVKY.CZ*. [online]. 2017 [cit. 2019-03-14] Dostupné z: https://www.lidovky.cz/byznys/firmy-a-trhy/kriva-zelenina-v-obchodech-prodejni-hit-i-nepochopeni-zakazniku.A171124_155108_firmy-trhy_kopp

KUČERA, Petr, VOKURKOVÁ Kateřina. Kde Češi nejradši nakupují. Lidl míří nahoru, Tesco padá. *Aktuálně.cz*. [online]. 2015 [cit. 2019-03-18] Dostupné z: <https://zpravy.aktualne.cz/finance/nakupovani/retezce-se-podle-cechu-zlepsily-negativne-hodnoti-jen-tesco/r~3a52bac2c7fc11e485d7002590604f2e/?redirected=1552918482>

LIŠKOVÁ, Michaela. Konec vyhazování potravin. Nevyužitá jídla přineste do nových komunitních lednic. *PRAŽSKÝ deník.cz*. [online]. 2018 [cit. 2019-03-12] Dostupné z: https://prazsky.denik.cz/zpravy_region/konec-vyhazovani-potravin-nevyuzite-jidlo-prineste-do-novych-komunitnich-lednic-20180516.html

Mayo Clinic Staff. *Paleo diet: What is it and why is it so popular?* [online]. 2017 [cit. 2019-03-07] Dostupné z: <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/nutrition-and-healthy-eating/in-depth/paleo-diet/art-20111182>

Náš tým. *Zachraň jídlo*. [online]. 2019a [cit. 2019-03-14] Dostupné z: <https://zachranjidlo.cz/nas-tym/>

Odkud pochází a jaký je význam slova "vegetariánství"? *Etické vegetariánství*. [online]. 2007 [cit. 2019-03-04] Dostupné z: <http://www.eticke-vegetarianstvi.cz/vegetarianstvi/odkud-pochazi-a-jaky-je-vyznam-slova-vegetarianstvi/>

PAULENKOVÁ, Kristína. Konec plýtvání jídlem? Supermarkety darují neprodané zboží. *iDNES.cz*. [online]. 2019f [cit. 2019-03-14] Dostupné z: https://www.idnes.cz/ekonomika/zahranicni/supermarkety-daruji-neprodane-potravin-y-blizi-se-konec-plytvani-jidlem-v-eu.A160318_182521_eko_euro_kris

Polovina Čechů nezná rozdíl mezi označením potravin. *České ekologické manažerské centrum*. [online]. 2015 [cit. 2019-03-19] Dostupné z: https://www.tretiruka.cz/news/polovina-cechu-nezna-rozdil-mezí-oznaceni-m-potravin/?utm_source=www.seznam.cz&utm_medium=denni-tisk

Popletená vánočka. *Zachraň jídlo*. [online]. 2019d [cit. 2019-03-14] Dostupné z: <https://zachranjidlo.cz/po-popletenych-vanockach-se-jenom-zaprasilo/>

Potravinové banky. Množství zachráněných potravin díky potravinovým bankám roste. *Potravinové banky*. [online]. 2018a [cit. 2019-03-11] Dostupné z: <http://potravinovobanky.cz/mnozstvi-zachranenych-potravin-diky-potravinovym-bankam-roste/>

Potravinové banky. V Národní potravinové sbírce se vybralo rekordních 926 000 porcí jídla. *Potravinové banky*. [online]. 2018b [cit. 2019-03-11] Dostupné z: <http://potravinovobanky.cz/v-narodni-potravinove-sbirce-se-vybralo-rekordnich-926-000-porci-jidla-2/>

RENTING, Henk, MARSDEN, Terry K a BANKS Joe. *Understanding Alternative Food Networks: Exploring the Role of Short Food Supply Chains in Rural Development*. [online]. 2003 [cit. 2019-03-06] Dostupné z: <https://doi.org/10.1068/a3510>

RUBÍNOVÁ, Karolína. Jídlo jako symbol náboženství. *Supertělo* [online]. 2015 [cit. 2019-03-03]. Dostupné z: <http://www.supertelo.cz/magazin/jidlo-jako-symbol-nabozenstvi-ii-dil>

SEIFERTO VÁ, Eva. Křivá polévka poukáže na nesmyslné estetické standardy při posuzování ovoce a zeleniny. *Zemědělec*. [online]. 2015 [cit. 2019-03-14] Dostupné z: <https://zemedelec.cz/kriva-polevka-poukaze-na-nesmyslne-esteticke-standardy-pri-posuzovani-ovoce-a-zeleniny/>

Spotřebuj mě. *Zachraň jídlo*. [online]. 2019g [cit. 2019-03-14] Dostupné z: <https://zachranjidlo.cz/spotrebuj-me/>

ŠŤASTNÝ, Jan. Vegetariánská výročí v roce 2004. *Česká vegetariánská společnost*. [online]. 2015 [cit. 2019-03-05] Dostupné z: <http://www.vegetarianskyfestival.cz/kdo-je-kdo-vegetarian-vegan-vitarian/>

TILMANN. About foodfaring. *Yunity*. [online]. 2017 [cit. 2019-03-12] Dostupné z: <https://yunity.atlassian.net/wiki/spaces/YUN/pages/91665700/About+foodsharing>
Tisíc kilo. *Zachraň jídlo*. [online]. 2019c [cit. 2019-03-14] Dostupné z: <https://zachranjidlo.cz/nas-tym/>

VESELÝ, Zdeněk. Otevírá se stále více farmářských obchodů. Čím jsou tak zajímavé? *Podnikatel.cz*. [online]. 2013 [cit. 2019-03-10] Dostupné z: <https://www.podnikatel.cz/clanky/otevira-se-stale-vice-farmarskych-obchodu-cim-jsou-tak-zajimave/>

We eat responsibly. The food waste pyramid. *We eat responsibly*. [online]. 2015 [cit. 2019-03-11] Dostupné z: <https://www.eatresponsibly.eu/en/foodwaste/1/#section-bin>

8. Přílohy

Příloha č. 1 – Osnova otázek pro rozhovor

Životní styl:

- Vyhýbáte se konzumaci nějaké potraviny ve svém jídelníčku?
- Proč se právě těmto potravinám vyhýbáte?

Nakupování:

- Kde nejčastěji nakupujete?
- Navštěvujete farmářské trhy?
- Dáváte při výběru potravin přednost kvalitě nebo ceně?
- Sledujete původ a složení daného výrobku?
- Nakupujete potraviny do zásoby?
- Kupujete vždy jen to, pro co jste do obchodu přišli?
- Slyšeli jste někdy o farmářských bedýnkách?
- Je pro Vás důležitý vzhled potravin (konkrétně u zeleniny a ovoce)?

Plýtvání potravinami:

- Plýtváte potravinami?
- Co děláte s případnými zbytky?
- Předcházíte tomu, aby se Vám potraviny zkazily?
- Co děláte s potravinami před tím, než odjedete na týdenní dovolenou?
- Znáte nějaké opatření či organizaci, která bojuje proti plýtvání potravinami?
- Odhadnete vždy svou porci?
- Co byste dělali, kdybyste byli v restauraci, byli byste už sytí, ale stále by Vám na talíři zbývalo jídlo?
- Znáte rozdíl mezi daty „minimální trvanlivost“ a „spotřebujte do...“?