

# Vegaia

VEGETARISTINEN  
AIKAKAUSLEHTI  
1/2001

HINTA 10 MK

Freeganismi  
— roskaruoalla  
kulutusta vastaan,  
sivu 4

Arvostelussa  
Herne & Nauris,  
sivu 11

Gastronomian  
fantasia-  
maailma  
ja lihan  
sukupuoli-  
politiikka,  
sivu 12

Vegaanina Ateenassa,  
sivu 14

Kun ruoasta tulee vihollinen, sivu 16

Eläinkokeet ja etiikka, sivu 20

Vegaanisia & gluteenittomia herkkureseptejä! sivu 30





**VEGETARISTINEN AIKAKAUSLEHTI**  
**1/2001**

**JULKAISIJA**

Vegaaniliitto ry ja  
Hyve – Helsingin  
yliopiston vegaanit

ISSN 1237-3184

**PÄÄTOIMITTAJA**

Inna Takkunen

**Vegaian toimitusprosessi on päätoimittajan. Tässä mainitun päätoimittajan rooli on kantaa juridinen vastuu lehden sisällöstä.**

**KANSIKUVA JA PIIRROSKUVITUS**

Hanna Kurppa

**TAITTO**

Raija Helén

**Tähän numeroon ovat kirjoittaneet tai muuten sen tekoon osallistuneet:**

Laura Aalto  
Eeva Andersson  
Henri Haimi  
Johanna Kaipainen  
Karoliina Kaita  
Mari Kosonen  
Saara Kupsala  
Arsi Kuru  
Olaf Laczak  
Micaela Morero  
Antti Nylén  
Piia Parviainen  
Jessica Suni  
Tom Söderlund  
Inna Takkunen  
Liisa Tikka  
Vili Vepsäläinen  
Kaj Winqvist

**PAINOPAIKKA**

Helsingin Painopalvelut,  
Helsinki

**SEURAAVA AINEISTOPÄIVÄ**

30.4.2001

**ILMESTYMISAIKATAULU**

syyskuu (syksy)  
joulukuu (talvi)  
maaliskuu (kevät)  
toukokuu (kesä)

**TILAUSHINTA**

Vuositalaus 70 mk (12 euro)

**ILMOITUSHINNAT**

1/4 sivu 125 mk (21 euro)  
1/2 sivu 250 mk (42 euro)  
1/1 sivu 500 mk (84 euro)  
takakansi 600 mk (101 euro)

**MEDIATIEDOT**

[www.vegaaniliitto.fi/vegaia/mainosta.html](http://www.vegaaniliitto.fi/vegaia/mainosta.html)

**VEGAIASSA**

esitetyt näkemykset eivät välttämättä edusta Vegaaniliitto ry:n kantaa, ellei näin nimenomaisesti ole mainittu.

**KIRJOITUKSET**

**JA MUU AINEISTO**

Vegaia  
c/o Vegaaniliitto ry  
PL 320  
00151 HELSINKI  
[vegaia@vegaaniliitto.fi](mailto:vegaia@vegaaniliitto.fi)

Aineisto mieluiten sähköisessä muodossa. Levykkeiden ja sähköpostin liitetiedostojen on oltava Word-ohjelmalla avattavia (esim. doc, rtf, txt, tif, jpg).

**VEGAIAN VERKKOSIVUT**

[www.vegaaniliitto.fi/vegaia/](http://www.vegaaniliitto.fi/vegaia/)



**Vegaaniliitto ry — veganförbundet rf**

**LIITON TOIMINNAN LÄHTÖKOHTANA**

on ajatus, että ihmisten ja muiden eläinten kohtelussa tulisi noudattaa yhtäläisiä oikeudenmukaisuusperiaatteita ja että eläinten riisto on tästä syystä väärin.

**LIITON TARKOITUKSENA** on edistää kasvis- syöntiä ja veganismia, elämäntapaa, jossa vältetään kaikkia kokonaan tai osittain eläinkunnasta peräisin olevia tuotteita sekä ylipäätään kaikkia tuotteita ja palveluita, joiden tuottaminen perustuu eläinten riistoon.

**VEGANISMILLA EDISTETÄÄN** terveellisiä elämäntapoja sekä kaikkien elollisten olentojen ja koko luonnon hyvinvointia.

**HALLITUS**

Henri Haimi  
Mari Kosonen  
Saara Kupsala  
Olaf Laczak  
Jarnina Roivas

**POSTIOSOITE**

PL 320  
00151 HELSINKI  
Puhelin 050 344 9524  
(ei tekstiviestejä)  
[info@vegaaniliitto.fi](mailto:info@vegaaniliitto.fi)  
[www.vegaaniliitto.fi](http://www.vegaaniliitto.fi)

**PUHEENJOHTAJA**

Jarnina Roivas

**TUE LIITON TOIMINTAA**  
**- LIITY JÄSENEKSI**  
**TAI TEE LAHJOITUS**

**Jäsenet saavat jäsenetuna**  
**VEGAI-lehden.**

Vuosijäsenmaksu 100 mk (17 euro)  
– vähävaraisilta 70 mk (12 euro)  
Ainajäsenyys 1500 mk (252 euro)

Lahjoitus – pienikin summa auttaa!  
Tilinumero: 217918-11297 Merita

**KIRJOITA VEGAIAN!**

Vegaia ottaa mielellään vastaan lukijoiden kirjoituksia aina lyhyistä jutuista laajoihin artikkeleihin asti. Myös piirrookset, runot ja muut luomukset ovat tervetulleita! Palkitsemme sinut lehdellä, jossa oma panoksesi on mukana.

Vegaia tarvitsee myös uusia apureita toimitustyöhön. Jos olet kiinnostunut, ota yhteyttä lehden toimituskuntaan. Toimituksen sähköpostilistalle voit liittyä lähettämällä tyhjän viestin osoitteeseen [vegaia-subscribe@egroups.com](mailto:vegaia-subscribe@egroups.com). Toimitus tapahtuu [www-pohjaisen järjestelmän](http://www-pohjaisen.jarjestelma.nu) avulla, joten lehden tekoon voi osallistua mistä päin maailmaa tahansa.



# PÄÄKIRJOITUS

JOHANNA KAIPIAINEN

## HULLUN IHMISEN TAUTI

"Eikö olekin ihmeellistä, kuinka lehmä tuottaa vihreästä ruohosta valkoista maitoa", hehkuttaa Maito ja Terveys ry lapsille suunnatussa propagandaesitteessään. Luultavasti jo lapsikin tietää tänä päivänä, ettei asia ole ihan näin. Hullun lehmän tauti ei ole syntynyt vihreää ruohoa syömällä, vaan hullun ihmisen ahneudesta. Syyllisiä lienevät yhtä paljon tuottajat, jotka päättivät pakottaa vegaanilehmet kannibaaleiksi, kuin kuluttajat, jotka vaativat halpaa lihaa.

Pelko hullun lehmän taudista on tehnyt lyhyessä ajassa sen, mihin järkyttävät dokumentit eläinten kohtelusta tai kampanjointi kasvisruoan terveellisyydestä eivät ole vuosien kuluessa pystyneet. Tuskin koskaan on lihan kulutus pudonnut niin jyrkästi ja niin monessa maassa, kuin nyt BSE-kohun pyörteissä.

Tämän ovat huomanneet myös lihantuottajat, eivätkä he suinkaan aio jäädä sivustaseuraajiksi. Ruotsissa lihateollisuus on jo aloittanut koululaisille suunnatun kampanjan lihansyönnin lisäämiseksi. Myös Suomessa Liha-alan tiedotus ry on aikeissa tehdä nimenomaan nuorille kasvisyöjätöille suunnatun esitteen, joita terveydenhoitajat voisivat sitten jakaa koululaisille. Meijeriteollisuuden rahoittama Maito ja Terveys ry on harjoittanut vastaavaa toimintaa jo kauan ennen hullun lehmän tautia.

Koululaiset ovat varmasti tuottajajärjestöjen kannalta mitä parhain kohderyhmä. Heiltä, kuten tosin monilta aikuisiltakin, puuttuu usein kyky arvioida kriittisesti saamaansa tietoa. Esitteet eivät sisällä ainoastaan tiedon vääristelyä, vaan jopa täysin virheellisiä väittämiä. Maito ja Terveys ry:n, Liha-alan tiedotus ry:n ja vastaavien järjestöjen jakama tieto on ennenkaikkea terveysvalistuksen kaapuun puettua mainontaa. Mitä useampi ihminen näitä mainoksia uskoo, sitä enemmän rahaa kilisee eläimiä hyödyntävien tahojen kassaan.

Vegaaniliitto pyrkii olemaan tarkka levittämänsä tiedon suhteen. Objektivisuus on tässä asiassa erittäin tärkeää. Siksi Vegaaniliitto ei ota vastaan rahoitusta tai tee yhteistyötä minkään voittoon tuottavan yrityksen kanssa. Siksi myös resurssimme ovat hyvin rajoitetut. Vegaaniliitto toimii vapaaehtoisvoimin, eikä ylimääräistä rahaa jää näyttäviin neliväriesitteisiin.

Hullun lehmän taudin aiheuttama hysteria ja tuottajajärjestöjen reagointi osoittavat, ettei paine kasvisyönnin yleistymiselle jää liha-alalla huomiotta. Tähän on myös Vegaaniliiton varauduttava. Tulevaisuudessa tavallisen kuluttajan voi olla yhä vaikeampi erottaa asiallista tietoa mainoksista, kun voittoon tavoittelevat yritykset yrittävät pitää kynsin ja hampain kiinni aiemmin saavuttamastaan asemasta.

Kuten hullun ihmisen tauti dramaattisesti osoittaa, tätä maailmaa pyörittää raha.

## Sisällys

Freeganismi — roskaruolla kulutusta vastaan .....	4
<i>Roskikset täynnä ruokaa, miksen käyttäisi sitä?</i>	
Meiltä ja muualta .....	6
Kuluttajanurkka .....	8
Lihansyöjä perustelee (ja miten mahtaa käydä) .....	8
<i>Argumentti 6/7: eläinten oikeudet</i>	
Uutisia gm-rintamalta .....	9
Arvostelussa ravintola Herne&Nauris .....	11
<i>Vierailimme kasvisravintolassa Helsingin Hernesaassa.</i>	
Gastronomian fantasiamaailma ja lihan sukupuolipolitiikka .....	12
<i>Vaihtoehtoinen näkökulma lihansyöntiin ja valtakulttuurin muihin omituisuuksiin</i>	
Vegaanina Ateenassa .....	14
<i>Kreikkalaisesta salaattista ja oliiviöljystä nauttimassa</i>	
Kun ruoasta tulee vihollinen .....	16
<i>Anoreksia ja bulimia ovat vakavia sairauksia myös vegaaneilla ja muilla kasvissyöjillä.</i>	
Kirjelaatikko .....	18
<i>Kenellä on valta? Uskonnosta kirjoitettiin rumasti. Vielä Lontoosta.</i>	
Rivien välistä .....	19
Biologian eläinkokeiden etiikka .....	20
Pilapiirros .....	22
<i>Mitä vegaani sanoisi liha-luujauhosta?</i>	
Internetistä löytyneitä .....	23
Animalian kasvisruokapäivä .....	25
Tapahtumia .....	26
Vegaaniliitossa tapahtunutta .....	26
Vegaaniliiton alueelliset yhdyshenkilöt .....	27
Kansainvälisiä tapahtumia .....	27
Tilaa Vegaia! .....	27
<i>Tilaa Vegaia itsellesi tai lahjaksi, tai liity Vegaaniliittoon.</i>	
Tule mukaan toimintaan! .....	29
<i>Vegaia-lehden toimitusta, väärän tiedon oikaisua, esitelmäpaketti, tuotekartoitusta, päivystystä, keskustelua, ideoita...</i>	
Kattiloiden kolinaa, lautasten kilinää .....	30
<i>Vegaanisia &amp; gluteenittomia herkuttelureseptejä!</i>	
Vegaanitavaratalo .....	31

# FREEGANISMI

## — ROSKARUOALLA KULUTUSTA VASTAAN

HENRI HAIMI

*Eläinten hyvinvointia ja ympäristön tilaa voi edistää muillakin ruokavalioon liittyvillä valinnoilla kuin veganismilla. Tapasin Ollin, joka on freegani ja voi elämäntapansa puitteissa hyödyntää myös eläinkunnan tuotteita hyvällä omallatunnolla.*

Kauppojen roskiksiin heitetään valtavia määriä ruokaa, koska niissä on jotain pientä vikaa tai niiden viimeinen myyntipäivä on ylittynyt. Taloudellisista syistä katsotaan olevan kannattavampaa tuhota ruokaa kuin jakaa sitä ilmaiseksi tai edes myydä alennuksella. Laitapuolen kulkijat ovat jo kauan hyödyntäneet poisheitettyä ruokaa ravintonaan, mutta 90-luvun loppupuolelta alkaen on myös Suomessa alettu entistä enemmän käyttää rosiksia ja käyttää muuta ylijäämäruokaa eettisistä syistä.

— Mulle freeganismin perustaan kuuluu kaikki mitä vegaanin arvomaailmaan ylipäättään liittyy. Mutta tietyissä tapauksissa voin joustaa vegaanisesta ruokavaliosta sellaisten tuotteiden kohdalla, jotka olisivat menossa hukkaan eikä niitä hyvin todennäköisesti käytettäisi ihmisravinnoksi. Siinä tulee sitten tämä ekologinen pointti: on paljon ekologisempaa syödä ne kuin ostaa niiden tilalle jotain vegaanista ruokaa kaupasta. Mä pidän sitä ekologista näkökohtaa kuitenkin tärkeämpänä kuin sitä, että en pistäisi suuhuni mitään mikä ei olisi vegaanista.

— Kyllä mulle on tosi tärkeää vastustaa eläinten tehotuotantoa ja ylipäättään eläinten orjuuttamista ihmisten kulu- tustottumusten takia. Se, että mä syön jotain ei-vegaanista ei saa johtaa siihen, että sen kyseisen tuotteen menekki lisääntyisi, tai että se rohkaisi millään tavoin ketään ostamaan lisää tällaisia tuotteita. Lähinnä se tarkoittaa sitä, että yrittää hoitaa dykkauksen mahdollisimman salaisesti.

— Jossain festareilla esimerkiksi lojuu kaikenlaista ruokaa ympäriinsä. Sitä aina

ajattelee, että jos mä syön tämän annoksen, niin olisiko joku muu ottanut tämän ja jättänyt ostamatta jonkun liha- tuotteen. No, tapauskohtaisesti pitää harkita.

### HEDELMIÄ EKOLOGISESTI

Olli toteuttaa freeganismia pääasiassa keräämällä ruokaa kauppojen biojäte- astioista. Roskiksista löytyy leipää niin paljon, ettei hänen tarvitse ostaa sitä kaupasta lainkaan. Myös hedelmiä on runsaasti roskapöntöissä. Valtaosa dykkau- tusta ruoasta on vegaanista, mutta mukaan tulee myös maitotuotteita ja joskus harvoin myös lihaa.

— Ainakin niissä paikoissa, joissa mä käyn, on aika vaikeaa koostaa ylijäämä- ruoista ravitsemuksellisesti täydellistä ruokalistaa, joka olisi vegaaninen. Jotain juustoa saatan syödä ja joskus pitsoja. Ei sieltä mitään soijatuotteita, papuja ja vegaaniherkkuja löydy, vaan sellaista mitä ihmiset yleensä syövät.

Tulevaisuudessa Olli aikoo jatkaa free- ganin uraa. Hän ei aio ostaa kaupasta ei-vegaanisia ruokia, eikä muutenkaan millään tavalla suosia niitä. Freeganismin vieminen pidemmälle kiehtoo ainakin teoriassa.

— Sitä mä olen ajatellut, että pysty- sikö elämään pelkästään poisheitetyllä ruoalla, mikä tarkoittaisi kyllä sitten sitä, että täytyisi ruveta syömään lihatuotteita selvästi enemmän. Ei toistaiseksi ole ollut niin hyviä paikkoja, että olisin alka- nut ajatella sitä enkä ole hirveästi viitsi- nyt nähdä vaivaa tuon homman eteen. Lähinnä mitä on lähikaupoista löytynyt. Olisihan pelkällä ylijäämäkamalla elämi- nen tavallaan aika tyylipuhdas suoritus, mutta se voisi käydä henkisesti vähän kovaksi. Kyllä mulla kuitenkin semmoi- nen vastenmielisyys lihakamaa kohtaan

**"Dyykattu jauhelihapitsa on taatusti vegaanisempi kuin Pirkka-soijamaito"**

on, etten mä rupeaisi sitä syömään, var- sinkin, kun se mikä menee pois ei ole kaikkein parhaimmasta päästä.

Olli pyrkii painottamaan koko elä- mäntapansa ja siten tietysti myös ruoka- valionsa ekologisuutta. Näin oli myös ennen freeganiksi ryhtymistä. Kolme vuotta sitten hänen ruokavaliionsa oli muuten vegaaninen, mutta se sisälsi jon- kin verran silakkaa.

— Sekin oli mun mielestä ekologisesti hyvin perusteltua ja mua ei sinänsä hai- tannut se, että ne kalat kuolevat, koska ne oli eläneet vapaina elämänsä. Itäme- ren tilan kannalta se on jopa positiivis- ta, että sieltä otetaan ravinteita pois syö- mällä kaloja, joiden kanta ei ole vaaras- sa.

— Se on hyvä, kun hedelmiäkin voi syödä hyvällä omallatunnolla ja saada niistä hieman vitamiinitäydennystä il- man, että koko ajan miettisi tuotannon ja kuljetuksen kohtuuttomia ympäristö- vaikutuksia.

— Sen ruoan, minkä joutuu ostamaan, kannattaa tietysti olla mahdollisimman kotimaista ja luomua. Siemeniä ja papuja tilaan luomutukusta.

— Yritän edistää luomutuotteiden menekkiä soittelemalla kauppoihin. Pi- täisi aina olla kaupassa kynä mukana ja jättää palautetta ja lähettää sähköpostia ja purnata. Kyllä kaupat hommaa tuot- teita, jos vaan jaksaa antaa palautetta.

### RAHA ON EPÄVEGAANISTA

Ympäristöliikkeessä on hyvin karkeasti jaoteltuna kahdenlaisia ihmisiä: ne, jot- ka pyrkivät välttämään kaikkea kulutus- ta ja ne, jotka pyrkivät ohjaamaan kulu- tusta parempaan suuntaan ostamalla ympäristöystävällisiä tuotteita. Olli kuu- luu – kuten arvata saattaa – ensimmäi- seen kategoriaan.

— Minkään tuotteen valmistus, kul- jetus tai markkinointi ei onnistu ilman energiankulutusta, viljelymaan ja raaka- aineiden käyttöä. Se, että jokin tuote on hieman järkevämpi kuin joku muu ei tee siitä saastuttamatonta tai riistämätöntä. Ympäristö- tai eettisyysväittämät mark-

kinoinnissa saavat aikaan valheellisen tunteen siitä, että ympäristöä todella säästyy ostamalla. Rahalla kulutuksen ohjaaminen on vain mainosmiesten propagandaa. Hyvien tuotteiden ostaminen ja roskikseen heittäminen voisi näiden hullujen mukaan olla järkevää. "Hyviä" tuotteita kannattaa ostaa tuotannon ohjaamiseksi ja "hyvien" firmojen tukemiseksi mutta vain absoluuttisen välttämättömiä sellaisia ja ensin voisi aina miettiä, miten selviäisin ostamatta tätä tuotetta.

— Täysin vegaanisia tuotantoketjuja on äärimmäisen vähän tai ei ollenkaan. Vegaanisten tuotteiden ja palvelujen ostaminen tukee lähes aina lihansyöntiä. Suurin osa ihmisistä on lihansyöjiä, joten rahaa valuu aina lihansyöjille, jos koko tuotantoketju ole tietoisesti tehty vegaaniseksi. Kärjistettynä voisi sanoa, että dykkattu jauhelihapitsa on taatusti vegaanisempi kuin Pirkka-soijamaito. Raha ei ilmesty tyhjästä, vaan se on revitty maapallon ja eläinten selkänahasta. Siksi rahankäytön minimointi vegaanisoi elämää. Jos on liikaa rahaa, sillä kannattaa esimerkiksi ostaa metsää ja perustaa yksityinen suojelualue.

— Aika paljon dykkaan kaikkea muutakin kuin ruokaa. Joskus tulee dykkattua ihan tavallisista roskiskatoksistakin ja niistä voi löytää yllättävän paljon. Varsinkin jätelavoilta saa kaikenlaista kamaa himaan, ja vaatetavaraa olen aika paljon dykkannut myöskin. Villaisia pipoja ja talvikäsineitä mä olen kerännyt kaduilta ja käytän niitä, vaikkei ne tiukan vegaanisia olekaan. Käytän yleensä paritomina löytyneitä lapasia, joita ei muut enää käyttäisi. Jos mä löydän täyden parin, niin vien sen johonkin keräykseen.

Myös metsästystä ja kalastusta voisi pitää ekologisena, koska vapaana luonnossa eläviä eläimiä ei tarvitse ruokkia viljelyllä rehulla. Mitä mieltä olet näistä keinoista hankkia ravintoa?

— Tuota mä olen miettinyt enkä näe siihen mitään estettä, mutta en ole sitä harrastanut. On mulle kyllä joskus tarjottu hirveä, ja mä periaatteessa voisin syödä sitä, koska se olisi ekologista. Mutta sen voi ajatella myös siten, että jos mä söisin vaikka hirveä tai jänistä, niin jonkun toisen kulutus voisi sen takia mennä tehotuotettuun eläimeen. Ja on mulla kuitenkin jonkinlainen vastenmielisyys sitä kohtaan. Metsästys on kyllä kannatettavaa touhua sinänsä, koska kun joku paatunut lihansyöjä saa lihansa riistana eikä osta mitään teholihaa, niin onhan se ekologisempaa ja eettisempää.

Entäpä ihmisten syöminen? Sehän

## "Se, että mä syön jotain ei-vegaanista ei saa johtaa siihen, että sen kyseisen tuotteen menekki lisääntyisi"

olisi myös ekologista.

— Niinpä niin, sehän olisi kaikkein ekointa, jos söisi ihmisten ruumiita tai vaikka tappaisi niitä ruoaksi. Ihmisten määrää ja kulutusta vähennettäisiin tehokkaasti. Täitää olla vaan nyky-yhteiskunnassa aika marginaalista touhua ja hankalasti toteutettavaa. Ehkä humanismin syöpä on sen verran selkäytimessä, että kynnys ihmislihan syöntiin voisi olla melkoinen.

### KÄYTÄNNÖN ASIOITA

Voisi kuvitella, että viimeisen myyntipäivän ohittaneet likaisiin roskapönttöihin heitetty elintarvikkeet aiheuttaisivat silloin tällöin sairastumisia. Kesäisin korkean lämpötilan luulisi edesauttavan varsinkin eläinkunnan tuotteiden nopeaa pilaantumista.

— Ei ole tullut mitään ongelmia. Tarvasta on niin paljon, ettei tarvitse ottaa huonoa. Edes maha ei ole mennyt sekaisin lihatuotteista. Siellä voi olla ihan priimatavaraa, jota on hylätty isojakin eria mitättömistä syistä. Pakkasessa useimmat hedelmät ja juurekset kärsivät. Säilyvyyden kannalta paras keli on muutama aste plussan puolella ja onneksi tällaista on Suomessa aika paljon.

Freeganismissa on toki myös huonoja puolia. Olli ei esimerkiksi pysty käyttämään itseään esimerkkinä siitä, miten hyvin vegaaniruokavaliolla pärjää. Freeganismi voi myös olla tie lipsumiseen.

— Mä olen havainnut, että freeganismi voi olla väylä lipsumiseen. Siinä mielessä mä arvostan veganismia, jossa on tällainen kategorinen systeemi ja selkeät säännöt olemassa, koska se estää tehokkaasti sen, ettei aleta luistamaan ja vähitellen syömään jotain muuta. Freeganismissa täytyy koko ajan pitää itselleen selvänä, että käyttää ei-vegaanisia tuotteita vain freeganisin periaattein. Veganismi on helpompi toteuttaa, koska siinä hommassa on koko ajan semmoinen kuri.

— Kaupoissakin varmaan suhtaudutaan aika kielteisesti siihen, että siellä käy roskiksilla. Monet kaupat laittavat sitten kaikki jäteastiat lukollisiin karsinoin. Kaupoissa ihan tietoisesti tuhoataan ruokaa, koska ajatellaan että se on sitten myynnistä pois, jos ylijäämäruokaa käytetään. Kyllähän sitä sitten Pelastusarmeijalle ja tällaisille lahjoitetaan ruokaa, mikä onkin todella hyvä. Mun mielestä se on todella absurdia, että ruokaa heitetään pois.

— Käyn iltaseen ja öiseen aikaan, kun



kaupat on kiinni eikä ulkona liiku paljon ihmisiä sen takia, ettei siitä hommasta tulisi niin paljon hälyä ja ettei esimerkiksi pönttöjä pistettäisi jonnekin piiloon.

Freeganien määrää on vaikea arvioida. Jotkut toteuttavat freeganismia satunnaisesti ja toiset systemaattisemmin. Olli arvelee, että ehkä noin kymmenesosa vegaaneista tekee sopivan tilanteen tullen silloin tällöin freeganisia tekoja. Ruokaa dykkaavista suurin osa on muita kuin freeganeita: lihansyöjiä, vegaaneita tai jotain siltä väliltä. Ollin mielestä freeganismi onkin saanut kohtuuttomasti huomiota sen yleisyyteen nähden.

### JULKISUUDEN HYÖDYT JA HAITAT

Syömäkelpoisen ravinnon valtava tuhlaminen on asia, johon pitäisi saada muutos. Toisaalta asian julkisella puinnilla voi olla huonojakin puolia.

— Tämä on vähän arka aihe käydä keskustelua mediassa, mutta kyllä sitä jollain tavoin tulisi tuoda esille. Pitäisi saada joku mekanismi, miten ylijäävää ruokaa saisi helpommin käyttöön. Ihmisillä on niin suuri kynnys mennä dykkaamaan roskiksista ja onhan se vähän sellaista halveksittavaa pultsarimeininkiä, että siihen on suurimmalla osalla suuret estot.

— Freeganismi voi olla merkittävä keskustelunaihe vain yltäkylläisessä tösäyskulttuurissa. Valitettavasti ei asiantilalle juuri nyt näy loppua, joten eiköhän homma pysy tapetilla. Kannattaa tietysti ajatella sitä, että viekö freeganismikeskustelu pohjaa ja uskottavuutta veganismilta. Jos näin on, niin kannattaa pitää suuta supulla ainakin valtamedioihin päin. Mua tämä on vähän epäilyttänyt koko ajan eikä julkisuus välttämättä muutenkaan ole pelkästään hyväksi dykkaukselle ja freeganismille, sillä apajat voivat joutua lukkojen taakse asian tullessa yleiseen tietoisuuteen.



# MEILTÄ JA MUUALTA

KOONNEET HENRI HAIMI,  
KAROLIINA KAITA JA  
TOM SÖDERLUND

## TORJUNTA-AINEIDEN SAANTI KASVIKUNNAN TUOTTEISTA VÄHENTYNYT

Torjunta-aineiden saanti kasvikunnan tuotteista on vähentynyt Suomessa. Elin-  
tarvikeviraston tutkimuksen mukaan tor-  
junta-aineiden keskimääräinen päivittäi-  
nen saanti kasviksista, hedelmistä ja vil-  
jasta oli 49,9 mikrogrammaa vuonna 2000.  
Vuoden 1992 tutkimukseen verrattuna  
saanti on vähentynyt noin 30 prosenttia.  
Hyväksyttäviin päivittäisiin saantimääriin  
eli ADI-arvoihin verrattuna yksittäisen  
torjunta-aineen saanti oli enimmillään 1,1  
prosenttia ADI-arvosta.

Vuonna 2000 yli 90 prosenttia torjun-  
ta-aineista saatiin maahantuoduista elin-  
tarvikkeista. Kotimaisten tuotteiden  
osuus saannista oli yhdeksän prosenttia.  
Saannin kannalta merkittävimmät koti-  
maiset tuotteet olivat vehnä, kaura ja  
mansikka. Maahantuoduista elintarvik-  
keista merkittävin saannin lähde oli ome-  
na. Muita merkittäviä lähteitä olivat  
päyrinä, ruis, viinirypäleet ja appelsiinit.

Saannin painottuminen tuontielin-  
tarvikkeisiin johtuu kulutuksen rakentees-  
ta. Valtaosa saannin kannalta merkittä-  
vistä tuotteista on sellaisia, että niitä  
tuotetaan Suomessa vain vähän tai ei  
lainkaan, tai vuosittaisesta satovaihte-  
lusta johtuen on jouduttu turvautumaan  
tuontiin. (*Finfood*)

## HANHENMAKSAN TUONTI LISÄÄNTYY

Hanhen- ja ankanmaksan sekä maksa-  
pateen tuonti lähes kolminkertaistui vii-  
me vuonna. Erityisesti pateen muodos-  
sa tuotu foie gras koki viime vuonna re-  
nessanssin. Hanhenmaksa kuuluu pe-  
rinteisesti arvostettuun ranskalaiseen  
keittiöön ja yhdistetään siksi Suomes-  
sakin ylelliseen gourmet-herkutteluun  
ja juhlaruokailuun. Suomessa hanhen-  
maksaa ei saa tuottaa, koska eläinten  
pakkosyöttö lihottamistarkoituksessa on  
ollut kielletty jo kolmekymmentä vuot-  
ta eläinsuojelun nimissä. Maksan ja  
pateen tuonti sen sijaan on sallittua.

Vuosittain noin 20 miljoonan hanhen  
ja ankan kurkkuun tungetaan kahdesti  
päivässä metallisuppilon pää, josta niiden  
mahaan junnetaan jopa 450 grammaa  
energiapitoista maissirehua kerrallaan.  
Kahden viikon pakkosyötön aikana lin-



tujen maksa turpoo 6–10 kertaa taval-  
lista suuremmaksi. Pakkosyötön alkaes-  
sa ankat ovat kolmen kuukauden ikäisiä  
ja syöttöputken lopuksi ne teurastetaan.

Ennen pakkosyöttöä lintuja on pidet-  
ty neljä viikkoa nälässä ruokkimalla ne  
vain kerran päivässä, minkä jälkeen ni-  
den annoksia on hiljalleen lisätty parin  
viikon aikana. Tällöin ne saavat vielä  
ulkoilla päivittäin ja syödä ruohoa. Pak-  
kosyöttövaiheessa tuotanto-olot tehos-  
tuvat ja suuri osa linnuista suljetaan yk-  
sittäisiin muovi- tai metalliverkkohäk-  
keihin. Häkit ovat kuin pieniä verkko-  
kasseja, joissa ankat eivät voi seistä,  
kääntyä eikä levittää siipiään.

Maksa vie tilaa myös ankkojen keuh-  
koilta, mikä saa ne huohottamaan.  
Rasvamaksan synty lisää eläinten läm-  
möntuotantoa, mikä rasittaa niiden  
elimistöä. Syöttösuppilo ruhjoo lintujen  
ruokatorviin haavaumia. Pakkosyötön  
aikana kahdesta neljään prosenttia an-  
koista kuolee, kun tavanomaisesti syö-  
villä linnuilla kuolleisuus on vain 0,2  
prosentin luokkaa. Asiantuntijat usko-  
vat kuolemien johtuvan fyysisistä vau-  
rioista, stressistä ja maksan lopullisesta  
piiputtamisesta. (*Finfood*)

## McVEGGIE-HAMPURILAISIA MARKKINOILLA

Maailman suurin eläinsuojelujärjestö  
PETA on luvannut mainostaa kaikkia  
McDonaldsin uusia vegaania ruokia.  
Tämä ei jääne pelkäksi puheeksi, sillä  
Yhdysvalloissa McDonalds on ruvennut  
myymään vegaanista McVeggie-hampu-  
rilaista. Toistaiseksi sitä ei tosin ole saa-  
tavilla kuin muutamassa kaupungissa.

Ilmeisesti McDonaldsissa ollaan ta-  
juttu, että tulevaisuudessa kasvissyöjien  
määrä kasvaa entisestään. Ehkä he vielä  
ennen pitkää ymmärtävät, että kasvis-

syöjät kaipaavat usein myös ympäristö-  
ystävällistä ja terveellistä ruokaa.

Syksyllä PETA lopetti McDonaldsin  
— maailman suurimman naudanlihan  
käyttäjän — vastaisen kampanjansa,  
koska eläinten kasvatusoloihin luvattiin  
joitakin parannuksia. PETA on vastikään  
aloittanut kampanjan toista yhdysvalta-  
laista pikaruokajättä Burger Kingiä vas-  
taan. (*PETA*)

## KAMPANJOINTIA KASVISTEN SYÖNNIN EDISTÄMISEKSI

Kasviskampanjointi Elämä on väreissä  
— Terveyttä kasviksilla jatkuu myös  
tänä vuonna. Terveellisten ruokailutapo-  
jen puolesta ovat liikkeellä Kotimaiset  
Kasvikset, Suomen Syöpäyhdistys, Suo-  
men Sydänliitto ja Diabetesliitto. Viime-  
vuotiseen tapaan pääkohderyhmänä ovat  
6–12-vuotiaat lapset ja heidän perheen-  
sä. Kampanjan tavoitteena on saada suoma-  
laiset ja erityisesti nuoret syömään  
puoli kiloa kasviksia päivittäin.

Kasvisten käyttö on vähenemässä  
nuorten keskuudessa, ilmenee Gallup  
Elintarviketiedon tutkimuksesta. Run-  
saimmin kasviksia kuluttavat pääkau-  
punkiseudulla asuvat tytöt ja vähiten  
pääkaupunkiseudun ulkopuolella asuvat  
13–16-vuotiaat pojat. Tyttöjen keskiar-  
voa korottavat kasvissyöjät, joita arvioi-  
daan olevan 10–20 prosenttia yläaste-  
ja lukioikäisistä tytöistä.

Ehdottomasti suosituin kasvis nuorten  
mielestä on porkkana. Kymmenen  
maistuvimman listalla porkkanaa seuraa-  
vat kurkku, peruna, tomaatti, herne, pap-  
rika, punajuuri, sipuli, salaatti ja kukka-  
kaali. Peruna pitää edelleen hyvän pintan-  
sa nuorten ruokalistalla huolimatta siitä,  
että erilaiset pasta- ja riisiruokat ovat yleis-  
tyneet niin kotona kuin kouluruokailussa.

Vain kolmannes nuorista syö päivittäin  
vihanneksia ja neljännes hedelmiä. 20  
prosenttia arvioi syövänsä juureksia päi-  
vittäin, mutta marjoja nuoret nauttivat  
vain vähän. (*STT*)

## LEMMIKIT KÄRSIVÄT MYÖS HELSINGISSÄ

Helsingin eläinsuojelueläinlääkäri teki  
vuonna 2000 eläinsuojelutarkastuksen

lähes kaikkina työpäivinä. Yleisövalituksen ja eläinsuojelulain perusteella hän teki noin 270 tarkastusta.

Eläinten hyvinvoinnissa oli huomauttamista 83 tapauksessa. Neljänneksessä tapauksista piti ryhtyä kiireellisiin toimenpiteisiin. Puolessa tapauksista eläinten omistajille annettiin määräyksiä korjata puutteet, lopuissa riittivät ohjeet ja neuvot.

Yli puolet tarkastuksista koski koiria. Yleisin ongelma oli ulkoilutuksen laiminlyönti. Suuressa osassa rikkomustapauksista eläimen omistaja kärsii itse elämänhallintaongelmista. Tavallisimpia ovat päihde- ja mielenterveysongelmat. (HS 13.2.)

## RINTARUOKITUT LAPSET PÄRJÄÄVÄT PAREMMIN KOULUSSA

Pitkään rintaruokitut lapset pärjäävät koulussa paremmin kuin vähälle rintaruokinnalle jääneet. Hyöty näkyy vielä teini-iässä, kertoo tuore uusiseelantilais-tutkimus. Siinä seurattiin tuhatta 1977 syntynyttä lasta 18 ikävuoteen saakka. Osa lapsista sai rintamaitoa alle neljä kuukautta, osa neljästä seitsemään kuukautta ja jotkut vielä sitäkin pitempään. Joitakin lapsista ei rintaruokittu lainkaan.

Tutkimuksen mukaan mitä pitempään vauvoja rintaruokittiin, sitä parempia tuloksia he saivat arvosteluissa. Se johtopäätös on tehty, että rintaruokinta on yhteydessä pieneen mutta havaittavissa olevaan kasvuun lapsen tiedollisissa kyvyissä ja koulusaavutuksissa, todetaan tutkimuksesta raportoivassa amerikkalaisessa Pediatrics-lehdessä.

Nämä vaikutukset näkyvät eri mittareilla, kuten standardoiduissa testeissä, opettajien arvioinneissa ja lukion arvosanoissa. Vaikutukset ovat pitkäaikaisia ulottuen lapsuudesta nuoreen aikuisuuteen, lehdessä todetaan. Kirjoittajat toteavat tulosten olevan päteviä, vaikka huomioon otettaisiin myös se, että lapsiaan pitkään rintaruokkineet äidit olivat usein iäkkäämpiä, keskimääräistä paremmista elinoloista eivätkä tupakoineet raskauden aikana. Tutkijoiden mielestä nämä ovat seikkoja, jotka antavat lapselle muutenkin hyvät lähtökohdat elämälle. (Finfood)



## EI HUNAJAA ALLE YKSIVUOTIAILLE

Helsingin yliopistossa tehty tutkimus on osoittanut, että huomattavassa osassa Suomessa myynnissä olevista hunajatuotteista löytyy Clostridium botulinum -bakteerin itiöitä. Tutkittavana oli 190 näytettä, joista 114 oli kotimaista ja 76 ulkomaista alkuperää olevaa hunajaa. Suomalaisista hunajanäytteistä yhdeksässä (8 %) ja ulkomaisista yhdessätoista (14%) todettiin C. botulinumin itiöitä.

Alle yksivuotiailla lapsilla tiedetään esiintyvän C. botulinumin tuottaman botulinumtoksiinin aiheuttamaa vakavaa ruokamyrkytystyyppiä, jota kutsutaan imeväisbotulismiksi. Hunajan tiedetään ainoana elintarvikkeena toimineen tartunnan lähteenä imeväisbotulismi-tapauksissa. Uuden tiedon valossa sekä kotimaisen että ulkomaisen hunajan syöttämiseen alle yksivuotiaalle lapselle liittyy riski sairastua imeväisbotulismiin.

Pohjoismaissa on todettu viisi imeväisbotulismi-tapausta vuosina 1997–1999, kerran Tanskassa ja neljä kertaa Norjassa. Kaikissa näissä tapauksissa tartunnan lähteenä on ollut C. botulinumin itiöillä saastunut hunaja. (Elintarvikevirasto)

## KASVISTEN KULUTUS SUOMESSA

Suomalainen syö keskimäärin 122 kiloa tuoreita kasviksia vuodessa. Lisäksi kulutetaan 62 kiloa perunaa ja käytetään 60 kiloa mehua sekä hedelmä- ja marjalosteita. Päivittäin suomalaiset nauttivat noin 350 grammaa tuoreita kasviksia. Suositeltava määrä olisi 500 grammaa. (STT)

## KASVISRUOKAA HELSINGIN KOULUISSA

Opetusviraston palvelukeskuksen ravitsemuspäällikkö **Sirkka-Liisa Antmanin** mukaan Helsingin kouluista saa kasvisruokaa. Ruoka on tarpeen mukaan joko maidotonta, laktovegetaarista tai laktovovegetaarista. Käytännössä maidoton vaihtoehto on melko usein myös vegaanista.

Vitamiineja ruokiin ei lisätä, joten vegaanikoululaisten ei tarvitse huolestua eläinperäisten vitamiinien takia. Mikäli vegaani havaitsee ruoassaan epävegaanisia ainesosia, asiasta on syytä mainita keittiölle jatkotoimenpiteitä varten.

Eettiset syyt riittävät kasvisruoan saamiseen. Ala-asteella olevan lapsen vanhempien täytyy vahvistaa, että heidän lapsensa noudattaa kasvisruokavaliota. Joissakin kouluissa terveydenhoitaja saattaa keskustella kasvissyöjäksi aikovan lapsen kanssa terveydellisistä vaikutuksista. Päätös on kuitenkin lapsen,

ei terveydenhoitajan.

Koulun kasvisruoka tehdään "tavallista kasviksista" eikä muita erikoistuotteita käytetä, paitsi soijaa eri muodoissaan. Antman korostaa, että kouluateria on vain yksi päivän aterioista ja että vegaanikoululaisen on syötävä kotona niin, että hän saa päivittäin kaikki tarvittavat ravintoaineet. Esimerkkinä Antman mainitsee merilevän, jota vegaanikoululaisen olisi hyvä syödä kotona täysipainoisen ravitsemuksen varmistamiseksi ja jota kouluruoassa ei käytetä.

Kasvisruoka maksaa kouluille Antmanin mukaan saman verran kuin sekaruoka. Vaikka kesäisin maidoton kasvisruoka onkin eräiden arvioiden mukaan jopa 40 % halvempaa kuin sekaruoka, Antmanin mukaan kasvisten kalleus kevättälvella kuolettaa niiden edullisuuden muina vuodenaikoina hyvin tehokkaasti.

Luomukasviksia ei kouluissa juuri käytetä. Suuntaus on kuitenkin luomun käytön lisäämiseen päin ja Antman arvioi, että neljän vuoden kuluttua kasvisruokien raaka-aineista jopa 20 % saattaa olla luomua.



## VEGAANIRUOKAA JOENSUUSSAKIN

Joensuussa eräs tyttö onnistui saamaan hankalan prosessin jälkeen vegaaniruokaa päivittäin koulusta. Jopa paikallinen kunnanvaltuutettu kävi juttelemassa pääemännän kanssa, mutta se ei auttanut. Tyttö kävi sitten juttelemassa emännälle itse ja lopulta vegaanisen ruoan saanti onnistui. (Vegaia)

## LAJEJA HIIPUU SUKUPUUTTOON HÄLYTTÄVÄÄ TAHTIA

Brittiläinen eläintieteen professori sir **Robert May** kaipaava luonnon monimuotoisuuden suojeluun nykyistä selkeämpiä päämääriä. Kun kaikkia eliölajeja ei ole varaa suojella, yhteiskunnan on päätettävä mihin voimavaransa käyttää, May sanoo.

Sukupuuttotahti kiihtyy, mutta ihmiskunta ei edes osaa vielä laskea menettettyjen eliölajien määrää, hän toteaa. Arviointi onkin mahdotonta, koska edes maapallolla elävien lajien määrää ei tunneta. Eliöitä lienee jotakin 5–15 miljoonan välillä. Sukupuutto kohtaa lajeja myös luonnostaan, mutta nisäkkäiden tai lintujen lasketaan katoavan jo sata- tai jopa tuhatkertaista tahtia luonnolli-



seen verrattuna.

Mayn mielestä suojelussa tulisi keskittyä lajeihin, joilla on pitkä evoluutiohistoria. Vanhimmat lajit "kuljettavat" nimittäin perimässään myös runsaasti tietoa evoluutionsa ajalta.

Suomessa lajeja uhkaa ennen muuta elinympäristöjen pirstoutuminen. Professori **Jari Niemelä** Helsingin yliopistosta kertoo, että Suomessa tunnetaan reilut puolitoista tuhatta uhanalaista lajia. Niistä kolmasosa kärsii maa- ja met-

sätalouden pirstomista elinalueista.

— Suomesta on jo hävinnyt vajaat 200 lajia, joista 70 prosenttia asui metsissä tai maanviljelysalueilla, hän sanoo. (*Jippii Group / STT*)

## SIOILLE HORMONEJA MYÖS EUROOPASSA

Keski-Euroopassa on puhjennut kohu sioille syötetyistä kielletyistä hormoneista ja antibiooteista. Saksassa Baijerin osavaltion terveysministeri **Barbara Stamm** erosi 23.1. virastaan ja Itävallassa lähes 20 sikalaa määrättiin karantee-



niin tutkimusten ajaksi.

Stammin eroa oli vaadittu Baijerissa jo pitkään, koska hänen katsottiin suhtautuneen välinpitämättömästi myös hullun lehmän tautiin.

Tuoreimpien paljastusten mukaan baijerilaiset eläinlääkärit ovat toimittaneet kiellettyjä lääkkeitä saksalaisille ja itävaltalaisille sikaloille. Baijerin lääkäriliiton mukaan Stamm on tietänyt asiasta jo pitkään, muttei ole puuttunut siihen. (*STT*)

# KULUTTAJANURKKA

KOONNUT HENRI HAIMI

## UUSIA KOTIMAISIA PAKASTEITA

Apetitin Kesäpöytä-sarjaan on tullut uusia valmisteita, jotka ovat ilahduttavasti kotimaisista raaka-aineista valmistettuja. Nyt voi valmistaa wokkiruokia paremmalla omallatunnolla käyttäen Finnwokki-kasvissekoitusta. Lisäksi kaappoihin on ilmestynyt kaksi uutta luomupakastetta: herne-porkkanasekoitus ja hienonnettu pinaatti.

## LUOMU-YOSA KAUPPOISSA

Yosa-kauravälipalaa saa nyt myös luomuna. Tuote on valmistettu erilaisista punaisista marjoista — mansikasta, punaherukasta, puolukasta ja aroniasta. Raa-

ka-aineista vähintään 75 % on kotimaista, sillä pakkaukseen on painettu myös joutsenmerkki. Luomu-Yosaan ei ole lisätty kalsiumia, koska luomutuotteiden kohdalla se ei ole sallittua.

## INGMANILTA UUSIA SOIJAJUGURTEJA

Ingmanilta on viime aikoina tullut markkinoille säännöllisin väliajoin uusia soijatuotteita. Nyt Tofu Sun -sarjaan on ilmestynyt "jogurtinkaltaisia soijavalmisteita". 150 g purkeissa on saatavana kah- ta eri makua: persikka-vanilja ja puolukka-omena. Uusin tuote, joka kaupan hyllyiltä jo löytyy, on 750 g kartonkipakkauksessa myytävä marja-soijajugurtti,

jossa on mansikkaa, vadelmaa, karhunvadelmaa sekä mustikkaa. Näissä jugurteissa ei ole D3-vitamiinia toisin kuin Ingmanin Tofu Jog-sarjan tuotteissa, joista tosin se aiotaan tulevaisuudessa poistaa.

## POSTIMERKKIEN LIIMAT KASVISPERÄISISIÄ

Suomessa myytäviä postimerkkejä painetaan viidessä eri painotalossa sekä kotimaassa että muualla Euroopassa. Posti saanut kaikilta painotaloilta selvityksen siitä, ettei heidän liimoitteensa sisällä eläinelementtejä ja ovat siten soveliaita myös vegaaneille.



# LIHANSYÖJÄ PERUSTEELEE (JA MITEN MAHTAA KÄYDÄ?)

KAJ WINGVIST

## ARGUMENTTI 6: ELÄINTEN OIKEUDET

Ei ole väärin syödä eläimiä, koska ihminen ja eläin eivät ole tasa-arvoisia. Luonto ei tunne oikeusajattelua, koska oikeuksia voi olla vain niillä, jotka sellaisia pystyvät sopimuksin solmimaan.

## KRITIIKKIÄ:

1. On hyviä perusteita ajatella, että kaikilla elämänmuodoilla on tietty itseisarvo ja ne ovat siltä osin "tasa-arvoisia".

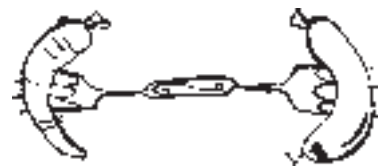
Mutta vaikka ihminen nähtäisiinkin "kehittyneisyytensä" vuoksi muita eläimiä arvokkaampana, eläinoikeuspuheelta ei menisi pohja pois. Juuri ihmisen oletettu ylemmyys edellyttäisi kykyä kohdella heikompia eettisesti.

2. Syödyksi tulemisen kannalta tasa-arvo lienee olemassa, sekä ihminen että eläin halunnevat sitä sangen vähän.

3. Oikeuksien myöntäminen ei käytännössä edellytä kykyä sopimukseen, koska myönnetäänhän niitä vauvoille ja vaikeasti vammaisillekin. Puolustuskyvyt-

tömyytensä vuoksi eläimetkin olisivat monesti suojaavien oikeuksien tarpeessa.

4. Lähes kaikki perustelut, joilla pyritään kumoamaan eläinoikeusajattelua, ovat yhtä tehokkaita (tai tehotomia) myös eläinsuojelujattelua vastaan. Esimerkiksi "Luonto ei tunne eläinsuojelua", "Eläinten kanssa ei voi solmia eläinsuojelusopimuksia" jne. Kuitenkin jonkinlaista eläinsuojelujattelua hyvin todennäköisesti kannattaa myös mainittujen perustelujen esittäjä, kuten koko eläimiä hyödyntävä valtakulttuurimme.





# UUTISIA GM-RINTAMALTA

KOONNUT TOM SÖDERLUND

## MYÖS RUOAN GM-JOHDANNAISET MERKITTÄVÄ

Ympäristöministeri **Satu Hassin** (vihr.) mukaan geenimuunneltujen (gm) elintarvikkeiden merkintöjen on katettava myös johdannaistuotteet. Hassi korosti, että kuluttajilla pitää olla mahdollisuus valita, syövätkö he geenimuunneltua tai -muuntelematonta ruokaa. Gm-johdannaisilla tarkoitetaan muun muassa erilaisia teollisesti valmistettuja ruokia, joiden valmistuksen osana on käytetty esimerkiksi geenimuunnellusta maissista tehtyä öljyä.

Lähes kaikki maat olivat samoilla linjoilla, kun EU:n ympäristöministerit keskustelivat geenimuunneltujen elintarvikkeiden ja tuotteiden merkinnöistä joulukuussa Brysselissä.

Hassin mukaan vain luomutiloilta kaiten ruokansa hankkivilla perheillä on käytännössä mahdollisuus varmistaa, että he eivät syö geenimuunneltuja tuotteita. — Kaikki muut, jotka syövät työmaaruokaloissa, kouluissa, kahviloissa, ravintoloissa, junissa tai huoltoasemien baareissa, heillä ei valinnanvapautta oikeasti ole, Hassi sanoi. Hän korosti, että geenimuunneltujen perunoiden tai tomaattien merkitseminen kaupan hyllyllä ei riitä.

— Pitää merkitä myös jauhot, einekset, kakkupohjat, pizzat, pullat ja leivät. Henkilökohtainen näkemykseni on, että myös ravintola- ja työmaaruokaloitten annokset on merkittävä. Ihmisten pitää tietää, mitä he syövät. Jos johdannaistuotteita ei merkitä, kuluttajan valinnanvapaus jää aika teoreettiseksi, Hassi sanoi.

Geenimuunneltua vastustetaan varsinkin Britanniassa, jossa ympäristöaktivistit ovat tuhonneet kokonaisia gm-viljelmiä. Vastustajien mukaan gm-tekniikka sisältää arvaamattomia riskejä ja eräät tutkijat arvioivat gm-tuotteiden lisäävän mm. allergiaa tulevaisuudessa.

Useat kauppaketjut eri puolilla Eurooppaa ovat julistaneet myyvänsä vastedes vain gm-vapaita tuotteita asiakkaiden menetyksen pelossa. Samaan aikaan luomutuotteiden kysyntä on noussut räjähdysmäisesti monissa maissa. (*STT, Verso*)

## VALION JUUSTOTUOTTEITA VALMISTETTU GM-TEKNIICALLA

Valion tuotteiden valmistuksessa hyödynnetään gm-teknologiaa, vaikka tuot-

teissa ei ole siitä minkäänlaista mainintaa. Valio valmistaa tiettyssä meijerissä juustotuotteita geenimuunnellun mikrobiologisen juuksutteen avulla. Ilmeisesti tämä kuitenkin tapahtuu säädösten puitteissa, eikä juuksutteen käytöstä aiheudu kuluttajille eikä ympäristölle tämänhetkisen tietämyksen valossa haittaa.

Valio käyttää kolmenlaisia juuksutteita: mikrobiologista, nautaperäistä ja geenimuunneltua mikrobiologista juuksutetta. Kaksi ensimmäistä juuksutetyyppeä ovat yleensä tunnistettavissa tuoteloitteesta: tuotteessa saattaa lukea esimerkiksi "juuksute (ei-eläinperäinen)" tai vieraskielisissä selosteissa "microbiological". Jos juuksutteen ei mainita erikseen mitään, se on tapetun nautavatsalaukusta peräisin.

Kolmas juuksutetyyppi paljastuu tuotteen meijeritunnisteesta: valmistajatunnus on geenimuunneltun avulla valmistetun mikrobiologisen juuksutteen tapauksessa soikion sisällä oleva numerosarja "60220". Mitään selkokielistä mainintaa gm-tekniikan käytöstä tuotteen valmistuksessa ei tällä hetkellä pakkauksissa ole. (*Bioturva, Valio*)

## PHARMING VAIKEUKSISSA

Suomessa geenimuunneltuja "laktoferiiniilehmiä" tutkivan Suomen Pharming Oy:n toimitusjohtaja on vaihtunut. Toimitusjohtaja **Pauli Seppäsen** ero astui voimaan 12.12.2000. Pharmingilla on muutaman geenimuunnellun lehmän koenavetta Savossa Lapinlahden Alapitkällä ja se etsii parhaillaan gm-lehmiin pidosta kiinnostuneita maatiloja Savon seudulta.

Yrityksen ongelmat ovat ilmeisesti seurausta siitä, että julkisuuteen on tul-

lut tietoa, jonka mukaan Pharming on hanketta ajaessaan ja sille rahoitusta hakiessaan salannut päättäjiltä, viljelijöiltä ja kansalaisilta sellaista tietoa, jonka yhtiö joutui kertomaan osakesijoittajille prospectus-selvityksessä listautuessaan Hollannin pörssiin.

— Yhtiö on myös jättänyt kertomatta sen, että Hollannissa sikäläinen maatalousministeri kielsi vuonna 1998 Pharmingin käyttämät geeninsiirtotekniikat ja vastaavat kiellot voivat hyvinkin levitä myös muihin Euroopan maihin, totea tiedottaja **Asko Ali-Marttila** Kansalaisten Bioturvayhdistyksestä.

— Myös epäselvyys tulevan toiminnan laadusta on aiheuttanut kummastelua. Toisaalta on puhuttu lääkelehmiä ja toisaalta "kliinisen ravintolisän" tuottamisesta.

Riskeistä ei ole ilmeisesti kerrottu mitään myöskään suomalaisille rahoittajille. Pharmingin hanketta ovat tukeneet ainakin Lapinlahden kunta, Pohjois-Savon TE-Keskus ja Sitra. Myös Kuopion yliopisto on osaltaan edistänyt hanketta.

— On käynyt ilmi, että ainakin professori **Juhani Jänne** A.I.Virtanen Instituutista on sitoutunut yhtiöön istuessaan yhtiön tiedeellisessä neuvostossa, sanoo Kansalaisten Bioturvayhdistyksen puheenjohtaja **Hannu Hyvönen**.

On vielä epäselvää, ketkä kaikki yliopiston tutkijat olivat omistajina mukana suomalaisessa FinnGene-yhtiössä, joka kehitti hollantilaiselle Pharmingille myydyt tekniikat ja patentit.

— On kyseenalaista, jos tiedemiehet, jotka ovat itse mukana edunsaajina Pharmingin bisneksessä, voivat toimia maakunnallisina asiantuntijoina yhtiön eduksi, Hyvönen jatkaa. (*Bioturva, Radio Savo, Savon Sanomat, Iisalmen Sanomat*)

## GM-PROPAGANDAA KUOPION YLIOPISTOSTA

Useat Kuopion yliopiston tutkijat ovat "rauhoitelleet" kansalaisia julkisissa lausunnoissaan geenitekniikan riskeistä tiedeillisesti kestävämmillä argumenteilla ja tyyllillä, jota ei voida pitää hyväksyttävänä tiedepiirien keskustelukäytäntönä.

Tutkijat ovat toistuvasti esimerkiksi vakuutelleet, ettei "geeniruokaa" tarvitse pelätä, sillä "geenejä on kaikessa ruuasssa". Huvittava väite sisältää piilomerkityksen siitä, että geenitekniikan kriiti-





kot olisivat niin tyhmiä ja ymmärtämättömiä, että he pelkäisivät geenejä.

Savon Sanomissa 1.12.2000 olleessa jutussa Pharmingin geenilehmiä oikeutusta perusteltiin väitteellä, etteivät lehmät olennaisesti poikkeava tavanomaisista, sillä niihin on siirretty "vain yksi geeni". Artikkelissa ei huomioitu sitä, että yhden geenin murto-osa, yksi emäsparikin, voi olla organismin olemassaolon kannalta ratkaiseva geenivirhe, joka voi aiheuttaa vakavia kehityshäiriöitä.

Yliopiston tutkijoiden taholta on myös vakuuteltu, ettei geenitekniikan keinoin la tehty kasvi- ja eläinjalostus ole mitään uutta, sillä perinteisenkin jalostuksen keinoin on muutettu perimää. Geenitekniikka, joka hylkää lajirajat, edustaa laadullisesti toisenlaista teknologiaa ja siksi siihen liittyy myös uusia riskejä.

Kun tuotetaan aivan uudenlaisia organismeja, joita ei voisi luonnossa tai jalostamallaakaan syntyä, ei ole mitään varmuutta siitä, kuinka nämä organismit ja niistä syntyvä eloperäinen aines tulee käyttäytymään vuorovaikutuksessa muun biosfäärin kanssa. Näiden riskien vakavuus hämärtyy, kun geenitekniikka ja perinteinen jalostus rinnastetaan samanarvoisiksi menetelmiksi. (*Bioturva*)

## EU HYVÄKSYI UUDET SÄÄDÖKSET GM-KASVEISTA

EU:n parlamentti hyväksyi uudet kasvien geenimuuntelua koskevat säädökset ja otti samalla askeleen kohti uusien geneettisesti muunneltujen kasvilajien hyväksymistä.

EU:n markkinoille on hyväksytty noin tusina geenimuunneltua kasvilajia, pääosin soija- ja maissilajikkeita, eikä uusia lajeja ole hyväksytty vuoden 1998 jälkeen. Nyt hyväksytyjä säädöksiä pidetään merkinä siitä, että uusia lajikkeita ryhdytään jälleen hyväksymään.

EU:n uusi geenimuunneltuja organismeja koskeva lainsäädäntö on maailman tiukin, mutta sekä jäsenvaltiot että säädöksiä kommentoineet ympäristöjärjestöt ovat nähneet siinä paljon puutteita. Säädökset eivät kritikoiden mukaan varmista riittävän hyvin, ettei kielteisiä terveys- ja ympäristövaikutuksia syntyisi.

Tanska, Italia ja Itävalta ovat toivoneet, että yksittäinen valtio voisi edelleen kieltää geenimuunneltujen kasvien pääsyn markkinoille, vaikka EU:n tasolla lajike hyväksyttäisiin. EU-direktiivin ei siten haluta rohkaisevan jäsenmaita purkamaan omia tiukempia säädöksiään.

Ranska puolestaan on vaatinut, että ennen kuin uusia gm-kasveja hyväksytään, olisi laadittava säännöt, jotta geenimuunnellut organismit olisivat tunnistettavissa koko niiden tuotantoketjun ajan.

Gm-teollisuus on tyytyväinen uusiin säädöksiin. Teollisuuden edustajien mukaan uudet säädökset tuovat yhtenäisyyttä geenimuuntelun sääntelyyn, lisäävät kuluttajien luottamusta gm-tuotteisiin ja rohkaisevat sijoittajia uskomaan alan vakaaseen kehitykseen tulevaisuudessa. (*Dodo, Reuters*)

## PUUTTEITA MERKINNÖISSÄ

Ruotsin kuluttajaviraston tekemässä tutkimuksessa paljastui puutteita elintarvikkeiden pakkausmerkinnöistä. Kolmestakymmenestä tutkitusta tuotteesta viidessä oli geenimuunneltuja aineksia. Tuotteissa ei ollut asiasta merkintää.

Geenimuunneltuja raaka-aineita löytyi mm. laihdutuselintarvikkeista Nutrillett ja Naturdiet sekä Tofutti-jäätelöstä. Tofutti-jäätelöstä löytyi gm-soijaa 30 prosenttia, Naturdietistä 24 prosenttia ja Nutrillettistä 4 prosenttia. Näissä tuotteissa gm-aineksia oli siis yli prosentin verran, joten niissä olisi pitänyt EU:n säädösten mukaan olla merkintä gm-ainesten käytöstä.

Valmistajat puolustautuvat syyttämällä alihankkijoita, joilta he olivat saaneet vakuudet siitä, että raaka-aineet ovat geenimuuntelemattomia. Tällaista lupaus on erittäin vaikea pitää, sillä Yhdysvalloissa, joka on soijan suurimpia viejä-maita, ei juuri erotella gm-soijaa tavallisesta soijasta. Esimerkiksi Tofutti-jäätelön valmistaja vakuuttaa kotisivuillaan, että sen tuotteet eivät sisällä gm-aineksia.

Testit tehnyt laboratorio toteaa lisäksi, että kokeessa puhtaat paperit saaneet tuotteet saattavat myös sisältää geenimuunneltuja aineksia. Monimutkaisten teollisten prosessien tuloksina syntyviä tuotteita on sen mukaan vaikeaa jäljittää geenimuunneltuja aineksia. (*Råd & Rön 9/2000*)

## MYRKKYMAISSI LEVIÄÄ YHÄ LAAJEMALLE

Ihmisravinnoksi kelpaamattomaksi luokitellun gm-maissan joutuminen elintarvikkeisiin Yhdysvalloissa (*Vegaia 4/2000*) on paljastunut monimutkaisemmaksi tapahtumasarjaksi kuin alunperin luultiin. Gm-maissi paljastui elintarvik-

keista yhdysvaltalaisen Maan Ystävien tarkkaavaisuuden ansiosta.

Kyseisen StarLink-maissan tuottama Cry9C-proteiini on toistaiseksi melko tuntematon, joten sitä pidetään mahdollisesti allergisoivana kuten kaikkia muitakin uusia ravinnon proteiiniyhdisteitä. Proteiini täyttää joitakin allergeenin tunnusmerkkejä — se on sopivan kokoinen ja sen on todettu aiheuttavan koe-eläimissä immunologisia reaktioita. Se myös säilyy ruoansulatuksessa pidempään ehjänä kuin harmittomat proteiinit. Suuret ihmisjoukot ovat jo altistuneet StarLink-maissille, mutta laajamittaisia ilmoituksia allergisista oireista ei ole kuitenkaan ilmaantunut julkisuuteen.

Ranskalaisen Aventis-yrityksen StarLink-maissi tuottaa torjunta-aineproteiinia maissan DNA:han lisätyn Bt Cry9C-geenin avulla (*Bacillus thuringiensis*). Proteiinin tarkoitus on karkottaa tai tuhota maissan kasvua uhkaavat hyönteiset. Proteiinin on havaittu olevan tuhoisaa myös joidenkin perhoslajien toukkille.

Alunperin maissan käyttöä oltiin kokonaan kieltämässä Cry9C-proteiinin mahdollisen allergisoivan vaikutuksen takia. Geenitekniikkayritys sai kuitenkin lainsäädännön porsaanreikiä hyödyntämällä rajoitetun luvan myydä muunneltua maissia alkoholin valmistamiseen ja eläinten rehuntuotantoon Yhdysvalloissa. Kiire oli kova, sillä yrityksen oli pakko tehdä jokin sijoittajien vakuuttamiseksi gm-yri-tysten kovassa kilpailutilanteessa.

Maissia joutui kuitenkin törkeiden laiminlyöntien johdosta myös elintarviketuotantoon. Maissan tuotantoketjussa ei voida varmuudella pitää gm-maissia erillään tavallisesta maissista saati rehumaisista erillään elintarvikemaissista. Tällainen erottelu vaatisi huomattavia investointeja tuotantoketjujen uusimiseen.

Aluksi StarLink-maissia löydettiin Taco Bell -pikaruokaketjun tacoista ja niitä alettiin vetää pois markkinoilta. Myöhemmin myös Mission Food, Azteca, ConAgra Foods, Safeway, Food Lion, Shaw's Supermarkets, Archer-Daniels-Midland, Cargill, Kellogg Company ja Tyson Foods joutuivat ryhtymään vastaaviin toimenpiteisiin maissituotteidensa ja jopa -tehtaidensa suhteen.

Helmikuussa 2001 Yhdysvallat ryhtyi lisätoimenpiteisiin varmistaakseen, ettei StarLink-maissi pääse leviämään Japaniin. Tämä tapahtui sen jälkeen, kun Japanissa oli havaittu StarLink-maissia Yhdysvalloista tuoduissa erissä.

Bt Cry9C-geeni löydettiin sittemmin myös joistakin muista maissilajikkeista. Niiden geeniperimä oli saastunut joko StarLink-maissan siitepölystä tai jyvien sekoittumisen seurauksena. Avensis joutuu korvaamaan saastuneet sadot. (*AP, EPA, PureFood, Colorado State University, Fortune, Bio-Tech Info*)

# ARVOSTELTAVANA RAVINTOLA HERNE&NAURIS

LIISA TIKKA

*Syksyllä 2000 avattiin Etelä-Helsinkiin uusi kasvisravintola, Herne&Nauris. Yksi yrityksen puuhahmoista on monellekin tuttu keittokirjantekijä Eeva Jäntti. Vierailimme*

*Herne&Nauriissa tammikuussa, jolloin ravintola oli kaiketi jo ehtinyt vakiinnuttaa toimintansa ja alkuhapuilun ajan olisi pitänyt olla ohi.*

Pääsimme poikkeamaan ravintolaan vasta illalla viimeisellä aukiolotunnilla. Ravintolassa ei ollut aluksi muita ruokailijoita, mutta meidän mukamme tuli useampikin muu asiakas samalla oven-aukuksella.

Kasvisravintola Herne&Nauris sijaitsee Hernesaaren ja Hietalahden välissä vain muutaman sadan metrin päässä toimintansa toistaiseksi lopettaneesta entisestä Ravintola Kasviksesta. Herne&Nauris on Helsingin Diakonissalaitoksen talossa liki aivan kadun päässä. Ravintolan sijainti telakan vieressä on melko syrjäinen, eikä moni varmaankaan eksy sinne vahingossa.

Olosuhteet ovat ainakin näin talvella hieman ankean oloiset mereltä puhaltavan viiman pyyhkiessä katuja; Herne&Nauris on kuitenkin onnistuttu kalustamaan melko viihtyisäksi ja miellyttäväksi laitosmaisista puitteista huolimatta. Pöydillä on kasveja ja kynttilöitä sekä luonnonsävyiset kangasliinat. Liinojen käytännöllisyyttä ja puhtaanaapitoa vilkkaana lounasaikana voi tosin mietiskellä. Sisustukseen laitetusta energiasta huolimatta en voisi itse kuvitella istuvani ravintolassa paljoakaan pitempään kuin mitä nopeahko ruokahetki vaatii.

## RUUAN ILOT JA PETTYMYKSET

Ruokatarjonta Herne&Nauriissa on kohtuullisen monipuolinen ainakin päiväsaikaan. Saapuessamme viideltä ei päivän pastaa ollut enää jäljellä, vaikka sitä seinien mainostauluilla suositeltiin. Keittoakaan ei kaiketi ollut, joten otim-

me sen kummempia ihmettelemättä päivän annoksen: juuresmuhennosta sipulikastikkeena, uunitomaatit ja höyrytetty kasvikset. Ateriaan kuului myös pieni lautasellinen itse annosteltavaa salaattia kastikkeineen, leipää ja levitettä sekä kahvi tai tee. Päivän annos maksaa 44 mk ja pasta 40 mk.

Salaattivalikoima oli kiitettävä: tarjolla oli mm. seka- ja tuorekurkkusalaattia, porkkanaraastetta sekä ilmeisesti myös jotakin hapatettua salaattia. Myös kastikkeita oli useita. Ainekset olivat tuoreen ja raikkaan oloisia. Itse ruoka oli ihan hyvää, mutta tasapaksua ja yllätyksetöntä; juuresmuhennoksen oikea nimitys olisi ollut sose kiinteytensä vuoksi. Kastike oli maukasta, mutta lisukekasvikset pakastevihannesten tasoa. Kuumahauteessa ollut juuresmuhennos sisälsi ilmeisesti maitotuotteita, mutta sain erikseen pyytämällä vegaanisen version. Sekasyöjä söi lakto-vegeannoksensa melko tyytyväisenä. Suurin lapsus ruuassa oli se, että se oli hyvin haaleaa eikä lainkaan kuumaa. Lämpötila on tärkeä ei vain aterielämyksen vaan myös bakteerikantojen ja myös säilyvyyden kannalta.

## EI TURHAA INFORMAATIOTA?

Palvelu Kasvisravintola Herne&Nauriissa oli hyvää ja asiallista, mutta aavistuksen hapuilevaa. Tuotteiden esillepano oli hieman sekaista eikä ruuista kerrottu missään olivatko ne vegaanisia. Esimerkiksi salaattikastikkeiden yhteydessä olisi ollut hyvä olla lappu raaka-aineista. Koko ravintolan konsepti vaikutti pohjautuvan asiakkaan omaan aktiivisuuteen ja haluun kysellä: itse en ainakaan nähnyt missään edes sanottavan, että päivän annokseen sisältyy myös salaatti, leipä ja kahvi. Seurasimme vain muiden ruokailijoiden esimerkkiä aterioidessamme.

Aterian jälkiruokakahvi ja -tee olivat luomutuotteita. Myynnissä oli myös joi-

**Itse ruoka oli ihan hyvää,  
mutta tasapaksua ja  
yllätyksetöntä.**



HERNE&NAURIS

tain erikoiskahveja kuten cappuccinoa. Kahvileipiä näkyi myös vitriinissä, mutta en tullut kysyneeksi niiden valmistus-aineista. Varmasti vegaanisia vaihtoehtoja olivat esimerkiksi soijavanukkaat.

## ASIAKKAAN VALVOVA SILMÄ

Ravintolan sisustusratkaisu ympyränmuotoisine linjastoineen ja avokeittiöineen oli miellyttävä. Etenkin päiväsaikaan olisi mukava nähdä keittiöväen puuhailuja heidän valmistaessaan ruokaa. Yleisilme oli hyvin siisti kauniine astioineen; ainoastaan haarukat ja veitset olivat ainakin naisen suuhun liian suuret ja kömpelöt. Särön siisteyteen toi kuitenkin naisten WC, jossa aivan liian pieni roskakori pursusi käsipapereita joka suuntaan pitkin lattiaa.

Herne&Nauriin viikon kaksi ruokalista vaikutti tasalaatuiselta ja ehkä myös hieman tasapaksulta. Eksoottista tuulahdusta toi lauantain kookos-vihannescurry masalaperunoiden ja linsssidahlin kera. Perinteisenpää linjaa edusti maanantaina tarjottavat punajuuripihvit pinaattiriisillä. On toki ymmärrettävää, ettei lounasravintolassa voi turhaan kikkailla, vaan on tarjottava melko konstailematonta perusruokaa kohtuullisen edullisista raaka-aineista. Listasta ei selviä, ovatko päivän annos ja pasta aina saatavilla myös vegaanisina vaihtoehtoina. Itseäni myös askarruttaa kysymys, mitä pasta bolognese pitääkään sisällään; mikäli kyseessä on todellakin lihaton vaihtoehto, vaikuttaa nimike mielestäni harhaanjohtavalta.

Kasvisravintola Herne&Nauris ansaitisi toisen arviointikäynnin ennen lopullisen johtopäätöksen tekoa, mieluiten vielä päiväsaikaan. Tämänkertaisen aterielämyksen perusteella en vaivautuisi matkaamaan koko keskustan halki maksaakseni lähemmäksi viisikymmentä markkaa, kun melko vastaavaa ruokaa saa vaikkapa Kaivopihan Unicafesta huomattavasti halvemmalla. Yliopistoruokalan hyvä sijainti kompensoi sen ajoittaista epäsiisteyttä ja ruuhkaisuutta — ja sitä paitsi Unicafen annoksetkin ovat isompia.

# GASTRONOMIAN FANTASIAMAILMA JA LIHAN SUKUPUOLIPOLITIikka

ANTTI NYLÉN

*Kulinaristinen nautiskelu on korkeassa kurssissa ja lihansyönti tapana lähes joka kodissa. Mitä kaikkea näistä kulttuurimme ominaisuuksista paljastuu, kun niitä tarkastelee feministis-vegetaristisesta näkökulmasta?*

Kun ryhdyin kymmenen vuotta sitten kasvissyöjäksi, aloin tuntea itseni vapaammaksi ja onnellisemmaksi olentona, josta tulee auttamatta jonkinlainen mies.

Koska tunne oli epäselvä, perustelin päätöstäni eläinten oikeuksilla. En halunnut osallistua tapahtumaketjuun, jossa kauniit eläimet muutetaan ensin "lihaksi" ja sitten ihmisten ulosteiksi. Perustelu on sama, jos sitä kysytään nyt, mutta mieheksi tuleminen ahdisti minua vuonna 1990 yhtä paljon kuin liha-teollisuuden väkivalta. En tahtonut ajatella, toimia ja haluta niin kuin miehen kuuluu, koska se tuntui minusta mauttomalta ja väärältä.

Tielläni oli paksu kerros myyttistä ajattelua. Ympäriillämme raksuttava merkityskoneisto vaatii miehiltä edelleen valmiutta väkivaltaan, kuten asevelvollisuuden suorittamista. Mies on se, joka lyö hyökkääjää, tappaa ja armahtaa.

Samalla tuo koneisto myöntää miehille äänenlausumattoman etuoikeuden käyttä toisten ruumiita hyväkseen, ohittaa heidät persoonallisina yksilöinä, syödä lihaa ja kuluttaa pornografiaa. Lihansyönnin ja pornografian mytologioissa aktiivinen subjekti on aina mies.

Analogiat ovat syviä ja konkreettisia. Porno, erityisesti valtavirran heteroporno, tehdään naisista niin kuin liha tehdään eläimistä. Raiskaus ja teurastus ovat saman asennoitumistavan kaksi äärimmäistä ilmaisua: *toinen* pyyhitään pois tuntevana olentona ja pelkistetään välineeksi, joka tyydyttää hyökkääjän "tarpeet", seksuaaliset tai gastronomiset.

Kenties tästä syystä raiskauksesta saa oikeudessa lievemmän tuomion kuin vakavasta omaisuusrikoksesta: Varas on antanut vallan yhteiskunnalliselle, periaatteessa hallittavalle perversiolle, ahneudelle tai kateudelle. Raiskaajaa käskää sisäinen, hallitsematon himo, "luonnollinen" vietti. Omaisuusrikollinen toimii väärin tietoisesti, raiskaaja on oman himonsa säälistävä uhri.

\* \* \*

Jäädäänpä hetkeksi tähän. Siitäkin on kymmenen vuotta, kun Carol J. Adam-

sin teos *The Sexual Politics of Meat* ilmestyi Yhdysvalloissa. Adams kokosi kirjassaan nämä — minunkin elämässäni hajanaisina olleet — viitteet teoriaksi, jolle hän antoi nimen "feministis-vegetaristinen kritiikki". Hän vetosi aktivismin yhtenäisyyden puolesta osoittamalla, että feminismillä ja eläinoikeusajattelulla on yhteinen pohja: molemmat hyökkäävät patriarkaalista valtakulttuuria vastaan.

Todellisuutemme on täynnä lihansyöntiä ja jäykkiä sukupuolirooleja tukevia kielellisiä, sosiaalisia ja visuaalisia rakenteita, joita Adams kutsuu "lihan teksteiksi". Hyviä esimerkkejä ovat suurten lihantuottajien viimevuotiset mainokset, joissa lihansyönti oli "jokamiehen oikeus" ja Nuuksion metsissä liikkui alkuvoimainen lihansyöjä mies. Sellaisia ilmaisuja kuin "sakkoliha" tai "femakko" ei tarvitse erikseen alleviivata. Ravintola Sivuraiteen listalla on "Tosi miehen vegetariaani" -niminen pizza, jossa on kinkkua, salamia ja pekonia.

Lisäesimerkkejä löytyy, kun katselee kuvia ja tekstejä sillä silmällä. Mutta samalla asialla ovat ravintoympyrän kaltaiset valtion allekirjoittamat rakennel-



**Ympäriillämme raksuttava merkityskoneisto vaatii miehiltä edelleen valmiutta väkivaltaan, kuten asevelvollisuuden suorittamista. Mies on se, joka lyö hyökkääjää, tappaa ja armahtaa.**

mat ja myyttiset hokemat, joiden mukaan ihmiset — etenkin miehet — todella tarvitsevat lihaa.

Adamsin kirjasta julkaistiin viime vuonna kymmenvuotislaitos, jonka myötä teos tavoitti myös minut. Uudessa esipuheessaan Adams kirjoittaa aikanaan saamastaan palautteesta. Toiset ottivat teoksen onnellisina vastaan, koska se tuki heidän intuitiotaan. Joidenkin mielestä *The Sexual Politics of Meat* "meni liian pitkälle". Keskustelun kannalta neutraalia maaperää ei ole, sillä ihmiset joko syövät tai eivät syö lihaa. Välissä on usein vaikea hahmotusero. Lisäksi on miehiä ja naisia, jotka astuvat automaattisesti kaksi askelta taaksepäin kuullessaan sanan "feminismi".

Eräässä esseessään Adams tekee vertauksen: "Ronald Reagan, joka ei osannut ranskaa, tapasi François Mitterandin, joka osasi ranskan lisäksi englantia. Millä kielellä arvellette heidän keskustelleen?"

Kasvissyöjät ovat yksikielisessä valtakulttuurissa eläviä kaksikielisiä ihmisiä, joiden on puhuttava "englantia" tullakseen ymmärretyksi. Kun he puhuvat "ranskaa", heitä syytetään ylimielisyydestä tai moralisoinnista, jos heitä edes vaivaudutaan kuuntelemaan.

\* \* \*

Ranskalainen tyylitaituri Jean Anthelme Brillat-Savarin, joka tosin osasi "ranskaa" yhtä huonosti kuin Ronald Reagan, julkaisi vähän ennen kuolemaansa vuonna 1825 intohimoisen ja seikkaperäisen lihan tekstin *Maun fysiologia*, jossa ruokatarvikkeiden hierarkkia huipentuu osmatsomiin, lihasta erittyvään myyttiseen uutteeseen. Osmatsoimi on paitsi miehekkyyden, vallan ja nautinnon metafora, myös näiden kemiallinen edellytys.

Uskollisena mietelmälleen "kansakuntien kohtalo riippuu niiden tavasta ruokailla" Brillat-Savarin pohtii: "On vaikea kuvitella kansaa, joka eläisi pelkätään leivästä ja vihanneksista. Mikäli sellainen kansakunta olisi olemassa, se jäisi väijäämättä lihansyöjäarmeijoiden jalkoihin, kuten on tapahtunut hinduille,

jotka ovat joutuneet vuoron perään kaikkien halukkaiden saaliiksi."

Laihuudesta keskustellessaan Brillat-Savarin toteaa, että "naisille laihius on hirvittävä onnettomuus, sillä kauneus merkitsee heille enemmän kuin elämä ja kauneushan on ennen kaikkea muotojen pyöreyttä ja ääriivujen suloisia kaaria". Lukijan mielessä häilyy samanlainen kuvaus paistetusta kalkkunasta, minkä Brillat-Savarin näyttää arvanneenkin: "Emme näe mitään syytä, miksi [naista] olisi vaikeampi lihottaa kuin kananpoikaa. Aikaa vain kuluu enemmän, mikä johtuu [...] siitä, ettei häntä voi alistaa säännöllisesti yhtä voimaperäiseen käsittelyyn kuin noita uskollisia eläimiä."

Brillat-Savarinin rasismia ja seksismia voi katsoa läpi sormien, sillä *Maun fysiologiaa* sävyttää pirullinen itseironia, joka tekee tyhjentävän luennan mahdolliseksi. Gastronominen kieli kuitenkin paljastaa asian ytimen, kulinaristisen transsubstaatio-opin: asiat todella muuttuvat, kun ne irrotetaan yhteyksistään ja nimetään uudelleen.

Kun sian takajalka pakaroinen irrotetaan hänen ruumiistaan, siitä tulee "kinkku", jolla ei ole eettistä historiaa. Gastronomiset erikoisherkut, kuten hanhenmaks ja juottovasikanliha, tuotetaan tunnetusti erikoisen helvettilisin menetelmin. Mutta tämä ei haittaa herkkusuuta, joka pysyttelee siinä todellisuudessa, jossa syödään "sisäfilettä" eikä osia vainajan ruumiista. Se on fantasiamaailma, jota valtakulttuuri avuliaasti tukee.

Kerron esimerkin. **Jukka Mannerkorpi**, Brillat-Savarinin suomentaja, kirjoitti kesällä 2000 Helsingin Sanomissa, että hanhenmaksantuottaja "vain käyttää hyväkseen [ahmattimaisen] hanhen luontaisia taipumuksia" lihottaessaan lintua suuren rasvamaksan toivossa. Kuten tiedämme, hanhen (tai ankan) "luontaisia taipumuksia" hyödynnetään työntämällä hänen mahalaukuunsa paineilmapumpulla puoli kiloa rasvan ja maissin sekoitusta kaksi tai kolme kertaa päivässä. Kolmen viikon kuluttua lintu tapetaan. Seitsemänkertaiseksi turvonnut maks leikataan irti kuolleesta ruumiista ja laitetaan purkkiin mannerkorprien elämän rikastuttamiseksi.

Mannerkorpi päättää kolumninsa näin: "Jos lihasta, maksasta puhumatta-

kaan, halutaan hyvää, eläimen tulee olla oloonsa tyytyväinen. Rääkätyn linnun maksasta tehty tuote olisi kelvoton, ja sen myynti loppuisi lyhyeen." Tästä paljastuu seuraavanlainen kulinaristinen periaate: mitä tyytyväisempi eläin, sitä sairaalloisempi ja "parempi" maks. Gastronominen fantasia on aukoton. Oikea ja väärä asettuvat kuin luonnolait palvelemaan nautintoa, jonka kulinaristi saa tietyn sisäelimen syömisestä.

Olisiko valtalehti julkaissut hanhenmaksakolumnin, jos se olisi kirjoitettu toisella kielellä? Ei, koska silloin sen poliittiset merkitykset olisivat olleet häiritsevästi esillä. (\*) Koska Mannerkorven teksti on kirjoitettu vallitsevan ideologian myötäisesti, asenteelliset typeryydet soljuvat ohi silmien kuin iloiset poutapilvet.

\* \* \*

Kun lihansyönnin sukupuolirakenteet eivät ole nenän edessä, ne ovat kulman takana. Television ruokaohjelmien seuraamisesta feministis-vegetaristisella silmällä on tullut uusi semioottinen harastukseni.

Ruoanlaiton mytologiassa *haute cuisine* -kokin stereotyyppi on mies, mutta ko-



## **Kasvissyöjät ovat yksikielisessä valtakulttuurissa eläviä kaksikielisiä ihmisiä, joiden on puhuttava "englantia" tullakseen ymmärretyksi. Kun he puhuvat "ranskaa", heitä syytetään ylimielisyydestä tai moralisoinnista, jos heitä edes vaivaudutaan kuuntelemaan.**

tona tai laitoskeittiössä ruokaa laittavan ihmisen stereotyyppi on nainen, vaimo tai äiti, joka kokkaa yhteisönsä, perheensä tai miehensä tarpeisiin. Keittotaidon ylin auktoriteetti on mies, Brillat-Savarinin hengessä toimiva mestari. Patakkosessa asetelma oli klassinen: **Jaako Kolmonen** juttelee mukavia ja pitää homman hanskassa, kun nainen nuijii kyljyksiä tai rypyttää karjalanpiirakoita.

Moderni ruokaohjelma Makupalat on tuonut televisioon kaksi *tavallista pulliaista*, jotka pystyvät vahingossa laittamaan myös kasviruokaa ja ihmettelevät, kun siinä ei ole lainkaan lihaa ja se on silti hyvää.

Semioottisesti vivahteikkain on silti Kokkisota, jossa julkkisvieraat saavat

tuoda studioon 50 markalla ostamansa ainekset. **Satu Lapilla** oli merkillinen aavistus lihan sukupuolipolitiikasta, kun hän toi ohjelmaan päsinkivekset. Arvaan, että hän käytti niitä miehisen vallan symbolina osoittaakseen olevansa seksuaalisesti itsenäinen ja voimakas nainen eikä sellainen tissibimbo kuin kaikki luulevat.

Vitsin heikkous oli siinä, etteivät päsinkivekset tosiasiaa ole mikään symboli vaan tietyn eläimen ruumiinosa, eikä sillä eläimellä sukupuolestaan huolimatta ollut mitään tekemistä Lapin "vastustaman" maskuliinisen ja patriarkaalisien vallan kanssa.

"Tulin vakuuttuneeksi siitä, että metaforat ja myytit todella tappavat", tähdensi **Susan Sontag** esseessään *Sairaus vertauskuvana*. Kokkisodassa symboli vei joltain päsilltään ensin hengen ja sitten kivekset. Satu Lapille asian konkreettisuus valkeni vasta, kun hänen piti *syödä* siivu gastronomisesti preparoidusta kiveksestä. Transsubstaatio ei ollut aivan onnistunut: kives oli yhä pelkkä kives.

Gastronomisten symbolien alla piilee aina tylumpiä merkityksiä, jotka täytyy tuoda näkyviin, jos haluamme syödä rehellisesti. Ihmisenä olemisen ahdistus ja valinnanvapaus kiteytyvät syömisessä, kuten Carol J. Adams kirjoitti Sokrateen elämänohjeen päälle: "Tutkimatta jätetty ateria ei ole syömisarvoisen."

*Essee on julkaistu aiemmin Ylioppilaslehdessä 17.11.2000. Tekstiä on tähän yhteyteen hieman muokattu.*

Carol J. Adams: *The Sexual Politics of Meat. A Feminist-Vegetarian Critical Theory*. Tenth Anniversary Edition. Continuum, New York, 2000.

Carol J. Adams: *Neither Man nor Beast. Feminism and the Defense of Animals*. Continuum, New York, 1994.

(\*) Tässä on sopiva tilaisuus antaa tunnustus Kirkko ja kaupunki -lehden päätoimittaja **Seppo Simolalle** erinomaisesta pääkirjoituksesta 24.1.2001. Simola kirjoitti eläinten kohtelun etiikasta jämakästi, näiden asioiden vaikeutta vähättelemättä. Hän päätti kirjoituksensa näin: "Jotkut tapaukset ovat selviä. Hanhenmaksan syöminen on syntiä." Yli 200 000:n levikillään Kirkko ja kaupunki on "valtalehti", jos mikä.

# VEGAANINA ATEENASSA

JOHANNA KAIPIAINEN



*Ajatus lihasta luopumisesta on keskivertokreikkalaiselle vieras. Kreikan kielen kasvissyöjää tarkoittava sana, hortofágos, on kirjaimellisesti suomennettuna ruohonsyöjä. Siitä huolimatta viikko vegaanina Ateenassa sujui ongelmitta.*

Viiden miljoonan asukkaan Ateena on yksi Euroopan saastuneimmista kaupungeista. Harmaa savusumu peitti taivaan ja häytti näkyvyyttä. Vietimme äitini kanssa viikon kaupungissa viime vuoden elokuussa. Vegan Passport oli mukana matkassa, mutta tarvitsin sitä vain kerran. Kasvisten osuus kreikkalaisessa keittiössä on runsas. Niinpä tavallistakin ravintolasta tai tavernasta löytää helposti vegaanisen aterian. Aidon kreikkalaisen salaatin sai halutessaan ilman fetajuustoa.

## RAVINTOLASSA

Ehdimme tutustua kahteen ateenalaiseen kasvisravintolaan. Eden sijaitsi viehättävällä hiljaisella kujalla vanhassa kaupungissa Plakassa. Ravintola oli tilava ja ruoka



herkullista, lisäksi ruokalistalla oli runsaasti vaihtoehtoja myös vegaanille. Kreikkalaiset ovat kovia sauhuttelemaan; Edenissäkin

tupakoiville oli varattu ravintolasta suurin osa.

Silmiimme osui jo ensimmäisenä päivänä houkutteleva mainos Panepistimiou-kadun varrella: "Healthy vegetarian food". Mikäli ravintolalla oli muukin nimi, sitä en tullut valitettavasti kirjoitaneeksi ylös. Paikka osoittautui pieneksi ruokapaikaksi, josta sai annoksia myös mukaansa. Ravintolan vieressä oli terveystoimisto, jonka ikkunassa näkyi olevan kasvissyöntiaiheisia kirjoja.

Ravintolasta löytyi useampikin vegaaninen vaihtoehto, jotka osoittautuivat hyvänmakuisiksi ja olivat myös edullisia. Lisäksi tarjolla oli laaja valikoima mehuja, jotka valmistettiin mehulingolla asiakkaan valitsemista hedelmistä tai kasviksista. Erittäin virkistävää Välimeren kuumassa kesässä! Viikon aikana tämä edullinen ja pieni ravintola muodostui vakiopaikaksemme ja suosittelen sitä lämpimästi kaikille Ateenaan matkaaville.

Kerran meidät houkuteltiin syömään erääseen tavernaan. Ravintolan muna-koiso-kesäkurpitsaperunapaistos ei hävinnyt mitenkään kasvisravintoloiden tarjottaville, pikemminkin päinvastoin.

Maun salaisuus saattoi piillä oliiviöljyn runsaudessa.

## TORILLA

Suuntasimme yhtenä päivänä Ateenan torikaduille. Tarkoituksenamme oli pitää salaattipäivä ja hankkia tarvikkeet torilta. Kasvisten ja erilaisten pähkinöiden runsaus sai vegaanin huokailemaan ihastuksesta. Mainio pikkupurtava kaupungilla kierrellessä oli esimerkiksi rusinoiden ja paahdettujen kikerheiden sekoitus. Jos pitää oliivien mausta, leivän päälle voi kokeilla vaikkapa oliivitaikinaa, joka muistuttaa ulkonäöltään kovasti suomalaista mämmiä!

Toriostoksia tehdessämme opimme erään asian: torilta on turha yrittää ostaa vain vähän. Kukaan kauppiasta ei suos-



tunut myymään meille muutamaa tomaattia tai yhtä kurkkua. Tomaattien ja kurkkujen minimiostosmäärä tuntui olevan kilo ja oliivien neljänneskilo.

## TURKIKSIA JA KULKUKOIRIA

Kun liikkui kaupungilla paahtavassa helteessä, ei voinut muuta kuin ihmetellä sitä, ettei lämpötilalla näyttänyt olevan mitään vaikutusta turkisliikkeiden myyntiin. Voiko oudompaa näkyä kuvitella kuin kokopitkät turkit näytekkunoissa kolmenkymmenen asteen helteellä? Turkisliikkeiden suuri määräkin ihmetytti. Vanhassa kaupungissa niitä oli paikoin vieri vieressä. Kreikassa kylmin kuukausi on tammikuu, ja silloinkin lämpötila on keskimäärin 12 astetta. Koskahan ateenalaiset turhaisuuden symboleihinsa oikein pukeutuvat?

Ensimmäistä kertaa Etelä-Euroopassa matkaavana törmäsin myös silmästä silmään hylättyjen lemmikkien ongelmaan. Kulkukissoilla ja -koirilla oli vapautensa, mutta sen hinta on kallis. Takkuisten turkkien alta töröttävät kylkiluut kertoivat jokapäiväisestä nälästä.

Niin hylättyjen eläinten hoitokodeilla kuin turkisvastaisilla kampanjoilla riittäisi varmasti loputtomasti töitä pelkätään Ateenassa. Vegetarian Europe -oppaan mukaan Kreikassa ei ole vielä ainnuttakaan vegetaristiyhdistystä, vegaaniyhdistyksistä puhumattakaan.

Kaikilla ihmisilläkään ei elämä Ateenassa ole helppoa. Kaduilla näkyi ihmisiä kerjäämässä lapsista vanhuksiin. Erityisesti mieleeni jäi kadulla kerjäävä romaninainen kolmen pienen lapsensa kanssa.

## OSOITTEITA

- Healthy Vegetarian food, Panepistimiou 57. Avoimna: Ma-pe 8-12, la 8-21, su 10-16
- Eden, Lyssiou 12. Avoimna joka päivä 12-24, paitsi tiistaisin suljettu.

## LISÄLUKEMISTA:

- Harcourt, Davies Paul 2000: *Kreikan saaret*. Köneman.
- Bourke Alex 2000: *Vegetarian Europe, Vegetarian Guides*. London. (Kirja löytyy mm. Vegaaniliiton kirjastosta)
- Vornanen Rauni 1997: *Ateena*. Suomen Matkailuliitto.



## Takkuisten turkkien alta töröttävät kylkiluut kertoivat kulkukissojen ja -koirien jokapäiväisestä nälästä.



*Koditon*



*Torilla*

## MAAILMALLE LÄHDÖSSÄ?

Vegaiaassa on vuosien varrella ilmestynyt monia vegaanin silmin kirjoitettuja matkakertomuksia ja -vinkkejä ympäri maailman. Jos kaipaat vegaanisia vinkkejä jostain alla olevista paikoista, voit tilata toimistolta kopion jutusta palautuspostimerkin hinnalla.

- Barcelona: Tom Söderlund, Vegaani Barcelonassa, 2/00
- Etelä-Amerikka: Joonia Streng: Vegaanina Etelä-Amerikassa, 4/98
- Eurooppa (Espanja, Pariisi, Lissabon, Lontoo): Tuomas Naakka, Kasvissyöjä ulkomailla, 4/96
- Iso-Britannia: Henri Haimi, Matkalla Skotlannissa, 4/00
- Israel: Mia Salli, Eläintensuojelu Israelissa, 1/95
- Itä-Eurooppa (Romania): Kirsi Eskelinen: Itä-Eurooppa vegaanin silmin ja vegaani itäeurooppalaisin silmin, 1/00
- Karibia: Joonia Streng, Vegaanina Karibialla, 1/98
- Länsi-Afrikka: Joonia Streng, Vegaanina Länsi-Afrikassa, 2/96
- Thaimaa: Harri Nieminen, Vegaanina hymyjen maassa, 4/97

# KUN RUUASTA TULEE VIHOLLINEN

LIISA TIKKA

20-vuotiaan **Aleksiinan** laihdustarina alkoi jo ala-asteen viidennellä luokalla. — Näin Hymy-lehdessä jutun naisesta joka oli laihduttanut ensin Painonvartijoiden ohjeilla, mutta sitten tiputtanut puolet ruokamäärästä pois. Hänen painonsa tippui vuodessa 130 kilosta noin 50 kiloon. Aloin itse noudattaa samoja ohjeita kellonaikojen tarkkuudella — jaksoin sitä pari-kolme viikkoa ja sitten se jäi, hän muistelee. Aleksiinan paino on vaihdellut vuosien varrella lapsuusiän laiheudesta yläasteen vankkaa ylipainoon. Hän on ehtinyt kokeilla kaiken maailman laihdutuskuureja kaalisopasta omatekoiseen Nutrillett-kopioon.

— Vanhempien kommentit mun erilaisiin laihdutusyrityksiin oli yleensä aika vähätteleviä ja huvittuneita: ihan kuin kyse olisikin vain siitä että jättää jotakin syömättä! Yleensä jääkaapit ja pakastimet tyhjjeni mun ansiosta heti kaikista pullista, kekseistä ja jäätelöstä, nuori nainen kertoo. Puolitoista vuotta sitten hän kuitenkin sai itseään niskasta kiinni ja liittyi Painonvartijoihin. Kuuri myös toimi, kunnes vuoden jälkeen mielenkiinto alkoi herpaantua ja ote lipesi: —Tuli syötyä yli pisterajojen, ja sitten ajattelin, että mitä siitä ja söin lisää. Viimeinen naksaus oli masentuminen ja siitä seurannut hillitön ahmiminen.

## VEGAANISUUS UNOHTUU

Aleksiina sanoo ruuan olleen hänelle aina ongelma. Ahmimiskohtauksen iskiessä ruuan vegaanisuus ei paljoa paina, vaan vatsalaukkuun menee melkein mikä tahansa. — Niin alas en ole kuitenkaan kertaakaan vajonnut, että olisin ihan lihaa tai kalaa syönyt, mutta maitoa ja muniä sisältävät jutut menevät ihan näppärästi, hän tunnustaa. Aleksiina ei haluaakaan edes kutsua itseään vegaaniksi. — Toisaalta olisi helpompaa olla vannoutunut vegaani, koska silloin valinnanvara olisi huomattavasti pienempi kun pitäisi löytää ruokaa ahmimiskohtauksien varalle, hän miettii. —Parhaimmillaan

ahmin pussin munkkeja, valmispitsan, kääretortun, paketin jäätelöä, 300 g irtokarkkeja... Aikaa joku tunti-puolitoista. Silloin menin ekaa kertaa vessaan oksentamaan ja sen jälkeen lenkille — kello oli liki puoliyö. Seuraava kohtaus koitti parin viikon kuluttua. — Kun jäin Painonvartijoista kokonaan pois, tuli oksennettua pari-kolme kertaa viikossa, joskus pari kertaa päivässäkin, hän kuvaillee.

Syömishäiriöisen elämä on hetkessä elämistä kuten alkoholistin tai kenen muun tahansa, joka joutuu kamppailemaan mielihalujen tai pakkomielleiden kanssa. — Viikolla on helppoa, kun päivät on rytmitetty selkeästi, Aleksiina selittää. — Viikonloput on pahempia, silloin oon töissä, ja siellä on kahviautomaatti, josta saa kaakaota. Viime viikonloppu oli todellinen katastrofi: tuli juotua pari-kolme litraa kaakaota ja syötyä puolen kilon paketti palasokeria! Selkeät rajat ja suunnitelmat toimivat kotona, mutta vieraaseen paikkaan joutuessa Aleksiina kuvailee olevansa hajoamispiteessä: — Lapsenlikkana ollessani söin maissilastuja suoraan pussista, kylmiä perunoita, Dumleja ja törkeän pahan makuisia venäläisiä suklaakonvehveja.

Aleksiina ei ole pohtinut tarkemmin, miksi hän sairastui bulimiaan. Hän olettaa, että sairaus olisi voinut olla vältettävissä, mutta se olisi vaatinut aktiivista suhtautumista heti pienestä pitäen. — Kun on muutenkin vähän tasapainoton ja eksoyksissä oman elämänsä kanssa, saattaa olla alttiimpi tällaisille jutuille. Mitään tahoja en kuitenkaan osoita sormella, sillä vikaa ei voi eikä saa syytää yhden ihmisen tai asian niskoille. Psy-

**"Ruoka on apu, lääke, aktiiviteetti, intohimo, ystävä ja vihollinen. Se ensin ajaa masennukseen ja itseinhoon ja sitten lohduttaa."**

*Kasvissyönti liitetään monesti nuoriin tyttöihin, laihduttamiseen ja itsensä näivettämiseen ruuan puutteessa. Onneksi tämä on vain ani harvoin totta. Silti myös vegaanien parissa on ihmisiä, jotka potevat syömishäiriöitä. Anoreksia ja bulimia ovat vakavia sairauksia, jotka äärimmillään voivat johtaa jopa kuolemaan. Miksi sitten joku haluaisi lopettaa syömisen ja hiipua pois?*

## RUOKA ON KOKO ELÄMÄ

22-vuotias **Jenna** myöntää myös, että ruokaan on mahdotonta suhtautua normaalisti. — Tajusin vähän aikaa sitten, etten osaa syödä. Lapsena olin paljon sairaalassa, ja siellä ruoka tuotiin valmiina annoksina. Lääkitys lisäsi ruokahalua ja toi sivuvaikutuksena kovan turvotuksen. En koskaan voinut itse päättää, mitä söin, vaan sairaalohenkilökunta ja kotona sitten vanhempani kontrolloivat minua. Ehkä siksi en vielääkään tiedä, koska mulla on nälkä ja koska syön vaan tavan ja halun vuoksi.

— Ruoka on apu, lääke, aktiiviteetti, intohimo, ystävä ja vihollinen. Se ensin ajaa masennukseen ja itseinhoon ja sitten lohduttaa, hän kuvailee. — Koko elämä pyöri ruuan ympärillä. Mä satun vielä olemaan keittiössä töissä, joten syöminen on jatkuvasti tapetilla. Saatan suunnitella koko päivän, mitä aion milloinkin syödä. Ja mun tekee pahaa heittää ruokaa pois, joten mieluummin sitte tungen itteeni kaiken, mikä muuten joutuis roskiin.

Myöskin Jenna on laihduttanut jo alasteikäisestä. Moni dieetti on onnistunut ja kiloja on pudonnut kerrallaan toista kymmentäkin. Jostain ne kuitenkin aina hiipivät takaisin. — Ryhdyin vegaaniksi osittain eläinsuojelutaukseni ja eettisen heräämiseni takia, osin pitkän ja rankan laihdutuskuurin jälkimaininkina. Kun olin ollut liki vuoden ilman karkkia ja leivonnaisia, ei mukamas ankeaan vegaanisuuten siirtyminen tuntunut yhtään pahalta. Pikemminkin päinvastoin: mulle tuli helpottunut olo siitä, että



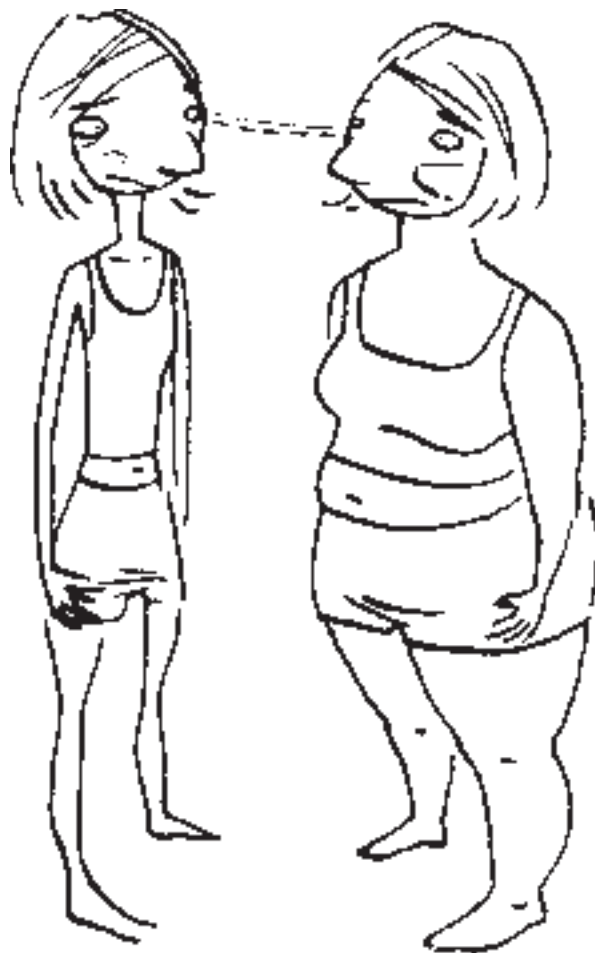
maailmassa olis niin paljon herkkuja, joita en voisi syödä eläinperäisten aineiden takia. Tuntuu ihanalta että oli tiukat rajat ja tavallaan joku ulkopuolinen kontrolloi, Jenna selittää.

Muutamien vegaanisten kuukausien jälkeen Wiener Nougat ja muut tuotteet tulivat kuitenkin tutuiksi. — Yritin uskotella itselleni, ettei kasvissyönnillä voisi lihota ja että ne valtaisivat ruokamäärät, joita ahdoin surutta itseeni, olivat muka normaaleja, koska vegaaniruuassa on niin vähän energiaa, hän jatkaa. Siltikin kiloja alkoi taas tulla. Ahdistus kasvoi päivä päivältä sitä mukaa kun vaatteet alkoivat kiristää. — Näin silmissäni kauhukuvia siitä, kuinka kaikki laihduttamiseen laitettu valtaisa työ valuisi hukkaan, ja muuttuisin taas samanlaiseksi ihrapalleroksi kuin olin ennen. Hyvästi lyhyet hameet ja bailaaminen, tervetuloa ikuinen synkkyys ja sinkkuus, Jenna muistaa ajatelleensa. Samaan aikaan myös työstressi vaivasi.

Yhtenä iltana hän sitten uskalsi kokeilla sitä, mitä oli jo aikaisemminkin monesti ajatellut: oksentamista. Vessassa kytkeminen antoi vapauttavan tunteen. — Mäkin olin tavallaan tosi ylpeä siitä, että kun työnsin puolikkaan nyrkkiä nieluuni, sain pahan olon pois. Muka. Ja toisaalta sitä oli niin häpeissään, ettei mitään rajaa. Joskus tekis mieli vaan syödä ja syödä, koko huusholli tyhjäksi, vaikka sitten vanhoja voileipäkeksejä pelkilteen, että ne sais sitten oksennettua ulos. Ja toisaalta koko ajatus siitä, että kykkii vessanpöntön päälle kumartuneena suurimman osan iltaa, tuntuu vastenmieliseltä, Aleksiiina kuvailee Jennaa kuunnellessaan.

Molemmilla naisilla on myös anorektisia taipumuksia. — Mä saan valtavaa hyvänolon tunnetta huomattessani, että mun itsekontrolli pelaa edes joskus ja että pystyn olemaan päivän tai pari syömättä, Jenna kertoo. — Etenkin silloin, kun elämä menee muuten ihan päin helvettiä ja kaikki kaatuu päälle, niin tuntuu tosi ihanalta, että on edes yks asia maailmassa mitä pystyy hallitsemaan. Silloin nälän tunteesta kasvaa ystävä. On upeeta seistä alasti peilin eessä ja katsella kuinka maha ei enää pömpötäkään. Niin syömättömyys- kuin ahmimiskohtauksinkin liittyvät usein stressaaviin jaksoihin kuten työ- ja ihmissuhdeongelmiin.

Jenna kokee vegaanismin myös ongelmana. — Tuntuu, että elämä pyörii liikaa ruuan ympärillä. Mä voisin ehkä parantua helpommin, jos ei koko ajan tarvitsi miettiä, mitä voi syödä ja mitä ei, hän tokaisee. — Sitä paitsi vegaanipiirit ahdistaa mua, kun ne kaikki ihmiset on niin laihoja ja terveen oloisia. Musta tun-



## Ahmimiskohtauksen iskiessä ruuan vegaanisuus ei paljoo paina, vaan vatsalaukkuun menee melkein mikä tahansa.

tuu aina ihan norsulta niiden rinnalla, tyttö jatkaa. Hän ei kuitenkaan voi kuvitella siirtyvänsä takaisin sekasyöntiin: — Se ei olis oikein eläimiä kohtaan. Ja sitte mulla ois liikaa vaihtoehtoja mitä kaikkea voisinkaan syödä!

### LAIHUUS ON HYVE

— Laihuus itsessään ei tuo onnea, mutta kovasti ylipainoisella laihtuminen nostaa itsetuntoa ja silloin uskaltaa tehdä ja sanoa enemmän. Kun paino tippuu, suhtautuminen omaan itseeseen muuttuu ja sen huomaavat muutkin ihmiset. Tutkittua faktaa on, että jos työhaastattelussa on kaksi ihmistä, lihava ja laiha, valitaan mieluummin laiha, vaikka lihava olisi pätevämpi. Ylipainoisiin liitetään yleensä termit laiska, tyhmä, hidas ja jostain kumman syystä leppoisa; laiha taas on energinen, fiksu ja nopea, Aleksiiina pudottelee kylmän rauhallisesti.

— Kyllä mun elämälaatu on parantunut mun laihtumisen myötä, Jenna väittää. — Ainakaan nyt kukaan ei enää hauku tai irvaile. Ja vaikka kuinka sitä väitetään, ettei ulkonäkö merkkää, niin eihän se nyt niin oo! Kyllä mulla ainakin

jo kontakti vastakkaiseen sukupuoleen on lisääntynyt eksponentiaalisesti mitä enemmän kiloja on kadonnu. Itsetunto on kuitenkin vielä sen verran matalalla, ettei Jenna ota todesta, jos hänen ulkomuotoaan keuhataan. Ajatus vanhasta lihavasta minästä istuu tiukasti takarivossa.

Aleksiiina aikoo palata Painonvartijoihin opettelemaan uudelleen syömisen periaatteita. Hän kuitenkin pelkää menä, koska ei halua tietää kuinka paljon paino onkaan noussut parin kuukauden aikana. Hän on myös päättänyt etsiä anonymien ongelmasyöjien yhteystiedot. Jenna puolestaan ei tiedä mitä tehdä. — Mä en halua parantua, mä vaan haluan laihtua, hän sanoo. — Mä oon oksentanut vasta ihan pari kertaa. Tällä hetkellä vaan syön paljon ja masennun. Yritän tehdä kamalasti töitä, etten ehtisä ajatella ruokaa koko ajan. Mutta musta tuntuu, että ainoa, mikä mut voi tästä pelastaa, on ihmissuhde, jossa voin tuntea itteni riittäväksi ja kauniiksi ja haluttavaksi. Mä en todellakaan oo vielä sinut itteni kanssa.

Haastateltujen nimet on muutettu heidän omasta tahdostaan.



# KIRJELAATIKKO

*Kirjelaatikossakin esitetyt näkemykset ovat kirjoittajien omia. Ne eivät välttämättä edusta Vegaaniliitto ry:n kantaa.*

## KENELLÄ ON VALTA?

Tammikuussa pidettiin Vegaaniliiton keskustelutilaisuus, jonka aiheena oli liiton linja. Keskustelussa nousi esiin mm. seuraavia asioita: hallituksen rooli ja se pitäisikö päätökset tilanteissa, joissa yhteisymmärrykseen ei päästä, tehdä äänestämällä vai jotenkin muuten. Paljon polemiikkia synnytti myös **Leena Vilkan** *Mustavihreä filosofia* -kirja; kuuluuko se voimakkaasti anarkismin puolestapuhujana Vegaanitavarataloon vai ei, ja liittyykö se veganismiin vai ei. Keskustelimme siitä, pitäisikö Vegaanitavaratalon edustaa jotenkin Vegaaniliiton linjaa vai pitäisikö siellä myytävän kirjavalikoiman olla mahdollisimman laaja, sisältäen esim. uskonnolliset kirjat. Anarkismi ja sen yhteys tai epäyhteys veganismiin jakoi mielipiteitä.

Mihin ratkaisuun keskustelutilaisuudessa päädyttiin kirjan suhteen? Valitettavasti ei mihinkään. Seuraavaksi omia pohdintojani siitä, miksi näin kävi.

## Toimiiko demokratia?

Henkilökohtaisesti keskustelutilaisuuden saldo sai minut miettimään demokratian toimivuutta Vegaaniliitossa. Joskus aikoinaan, kuulemma, Vegaaniliitossa päätävältä on ollut hallituksella, joka on kokoontunut suhteellisen harvoin. Mikäli on syntynyt erimielisyyksiä, asiasta on äänestetty ja äänestyksen päätyessä tasalukuun, puheenjohtajan ääni on ratkaissut. On siis toimittu kuten säännöissä sanotaan. Tämän päätöksentekotavan hyvä puoli on mielestäni se, että kaikilla on ollut mahdollisuus halutessaan pyrkiä hallitukseen. Käytännössä halukkaat ovat myös päässeet hallitukseen, koska mitään tunkua sinne ei ole ollut. Sitä kutsuisin demokratiaksi.

Huonoiksi puoliksi sen sijaan on koettu se, että hallituksen ulkopuolisilla ei ole ollut juuri mahdollisuuksia vaikuttaa asioihin. Samoin hallituksen jäsenet eivät ole välttämättä olleet aktiivisimpia ihmisiä, osin siksi että vuoden aikana ihmisten elämäntilanteet ehtivät muuttua. Entisiä aktiiveja jää taka-alalle uusien toimijoiden tullessa mukaan.

Käsittäökseni siksi hallituksen roolia on kavennettu ja hallituksen kokouksien

ohella on järjestetty aktiivikokouksia ja eri projekteihin liittyviä kokouksia avoimin ovin. Asian hyviin puoliin kuuluu se, että näin juuri niillä ihmisillä, jotka kyseisenä ajankohtana ovat muutenkin aktiivisesti mukana toiminnassa, on (ainakin teoriassa) mahdollisuus vaikuttaa asioihin.

Hyväksi puoleksi on myös mainittu turhan byrokratian välttäminen. Mutta mikä on turha byrokratia? Ilman puheenjohtajaa kokoukset ajautuvat helposti sivuraitelle, yleiseksi keskusteluksi niistä sun näistä asioista. Ilman sihteerä ja pöytäkirjoja taas poissaolijat eivät saa koskaan tietää, mistä kokouksessa puhuttiin.

## Hallituksen rooli

Mutta mikä on hallituksen rooli nykyisessä tilanteessa? Toisten mielestä se on vain lista nimiä, koska rekisteröidyssä yhdistyksessä on oltava hallitus. Toisten mielestä — ja itse kuulun näihin — hallituksessa mukanaolo on jonkinasteinen sitoumus siitä, että on toiminnassa mukana ja että yhdistyksen kannalta välttämättömät asiat pyörivät.

Avoimeksi sen sijaan näyttää jääneen kysymys, miten erimielisyyksiä hoidetaan nykyisessä tilanteessa, jossa hallitus ei niistä äänestä. Kaikki lienevät yhtä mieltä siitä, että paras ratkaisu on pyrkiä kompromissiin keskustelemalla. Mielipiteiden kirjoon mahtuu kuitenkin joukko asioita, joista on mahdoton päästä yhteisymmärrykseen. Asiat ovat joko liian joko-tai -luonteisia, tai sitten eri ihmisten mielipiteet ovat liian kaukana toisistaan.

Pitäisikö asioista silloin äänestää ja jos, niin ketkä äänestykseen voisivat osallistua? Nykyisten aktiivien joukossa on voimakkaasti anarkistiseen ideologiaan ihastuneita ihmisiä, jotka katsovat, että äänestys on huono vaihtoehto, koska sen sortaa vähemmistöä. Sen sijaan en ole kuullut yhtään varteenotettavaa vaihtoehtoa äänestyksen vastustajilta siitä, miten sitten erimielisyystilanteessa olisi meneteltävä. Ainoastaan ajatus siitä, että kukin tehköön ja toimikoon halumallaan tavalla, on esitetty.

Miten ne henkilöt, joiden mielestä kukaan yhdistyksessä ei voi sooloilla, vaan erimielisyyttä herättävissä kiistoissa

pitäisi aina huomioida myös eriävät mielipiteet, voivat saada silloin äänensä kuuluviin?

Jos voimassa on vapaa sooloiluoikeus, eivät mitenkään. Miten he, joiden mielestä äänestäminen kiistakysymyksissä olisi siinä tilanteessa demokraattisin ja oikeudenmukaisin tapa ratkaista ongelmat, saisivat äänensä kuuluviin?

## Ongelmallinen äänestäminen

Kieltämättä äänestäminen nykyisessä tilanteessa on ongelmallisempaa kuin tilanteessa, jossa äänioikeus on hallituksen jäsenillä. Silloin on tarkasti määritelty ne henkilöt, jotka voivat osallista äänestykseen — ja minimimäärä äänestykseen osallistuvista, jotta äänestys olisi oikeudenmukainen. Nykyisessä tilanteessa pitäisi ensin määritellä, keillä on äänioikeus ja millä perustein. Sen jälkeen olisi määriteltävä, kuinka monta näitä henkilöitä vähintään tarvittaisiin, jotta äänestyksen voitaisiin katsoa olevan demokraattinen.

Onko äänestyskäytännöstä luopuminen sitten ratkaisu näihin ristiriitoihin? Mielestäni se on äärimmäisen huono ratkaisu, koska juuri se on johtanut nykyiseen tilanteeseen. Eli siihen, ettei mitään kiistakysymyksiä ratkaista äänestämällä. Esimerkiksi keskusteltaessa siitä, pitäisikö *Vegaialla* olla päätoimittajaa vai ei, suunnilleen puolet lehden tekoon osallistuneista oli päätoimittajuuden kannalla ja toinen puoli sitä vastaan. Asiaa ei koskaan päätetty mitenkään, vaan sinnikkäin keskustelija sähköpostilistalla päätteli oman kantansa oikeaksi, koska muut eivät jaksaneet enää jatkaa väsyttävää listakeskustelua. Väitteily listalla perustui suurimmaksi osaksi vastapuolen argumenttien vähättelyyn ja mitätöintiin. Sen sijaan että olisi hyväksytty se, että on eriäviä mielipiteitä ja kullakin mielipiteen esittäjällä on oikeus mielipiteeseensä siitä huolimatta, miten hyvin, huonosti tai sitkeästi hän osaa ja jaksaa sitä perustella.

Nähtävästi tässäkin *Mustavihreän filosofian* tapauksessa ollaan ajautumassa samaan: päätöstä ei voi syntyä, koska ei ole olemassa kaikkia osapuolia huomioitava päätöksentekojärjestelmää. Yksikin eri mieltä oleva voi tässä tapauksessa jyrätä kaikki muut. Yksikin äänestystä

vastustava henkilö voi päättää muiden puolesta.

Näin siis alunperin vilpittömän hyvän ajatus olla sortamatta ketään (äänestyksellä) on kääntynyt mielestäni päälaelleen: ilman päätöksentekojärjestelmää päätökset tehdään mielivaltaisesti, todellinen valta ei olekaan siirtynyt hallitukselta laajalle ryhmälle toimijoita, vaan muutaman sitkeän väittelyä rakastavan ihmisen käsiin. Valta on siis siirtynyt hallitustakin pienemmälle ihmisryhmälle — ja muiden mahdollisuudet osallistua päätöksentekoon ovat käytännössä olemattomat. Se taas ei ole sitä, mitä minä ymmärrän sanalla demokratia.

Jos joku sooloilija aiheuttaa toiminnallaan mittavaa vahinkoa, kellään ei ole oikeutta estää sitä nykyisessä tilanteessa: muut voivat vain yrittää korjata jo tapahtuneen vahingon jälkiä, jotka aina eivät ole korjattavissa millään tavoin.

Koska demokratia näyttäisi tällä hetkellä olevan Vegaaniliitossa jonkinlaisessa kriisissä, jopa paluu vanhaan järjestelmään olisi mielestäni tässä tapauksessa parempi. Eihän yhdistyssääntöjä hallituksineen ole luotu nujertamaan demokratiaa, vaan nimenomaisesti varmistamaan että demokratia toimii, eikä yhdistyksestä voi muodostua yhden ihmisen mielivaltaisen toiminnan temmelyskenttää.

Johanna Kaipainen

## USKONNOSTA KIRJOITETTIIN RUMASTI

Viime *Vegaia*ssa oli kirjoitettu uskonnosta aika rumasti, joten päätin kommentoida aikani kuluksi.

**Jeesus** käski "rakastaa lähimmäistä niin kuin itseään". Onko nykyinen maailman etiikka ja moraalit muka ihailtavampaa, kun ihmisiä kuolee tälläkin hetkellä mm. nälkään, sotiin ja huumeisiin ja vapaan seksin tuomiin tauteihin. Jos ihmiset noudattaisivat Jeesuksen ohjeita, ei kenenkään tarvitsisi kärsiä nälkää, eikä muitakaan em. vitsauksia.

Raamatussa on annettu lupa käyttäen lihaa ravintona, mutta ei se ole mikään ehdoton käsky, vaan ihan hyvin voi olla kasvissyöjäkin.

Onko raamatussa muka "kymmeniä tuhansia keskenään ristiriitaisia lauseita"? Olen lueskellut raamattua jonkin verran, enkä ole löytänyt ristiriitaisuuksia kuin olisiko yksi tai kaksi, ja niillä ei uskon kannalta ole juuri merkitystä.

Nämä raamatunjakeet ehkä kiinnostavat kasvissyöjiä:

1. Moos. 1:27-31, 9:1-3, Jes. 64:17-25, 11:1-8., Ilm. 2:1,8, 21:1,3-7, Joh 3:35-36, 5:24, 17:3, 5. Moos. 25:4, 1. Kor. 6:9-11, Room. 14:21, Matt. 22:36-40.

Ilmari

## VIELÄ LONTOOSTA

**Henri Haimi** totesi Skotlannin matkataan kertoneessa artikkelissa (*Vegaia* 4/2000), kuinka hankalaa Lontoosta oli löytää esimerkiksi vegaanisia kenkiä myyviä kauppiaita.

Lontoosta olisikin ehkä kannattanut tehdä päivämatka Brightonin. Esimerkiksi Gardner Streetin varrella on kiinnostavia kauppiaita joka lähtöön, mm. Vegetarian Shoes, jossa menee kenkiä kokeillessa helposti puolikin päivää. Brightonissa saa kunnollista vegaanista ravintoa jopa joistakin pubeista. Juna-matka kestää yhteen suuntaan tunnista pariin riippuen senhetkisistä junaongelmista. Vegaaniliiton kirjastosta löytyy tuore opas Brightonin tarjonnasta kasvissyöjille majoituksesta kauppoihin.

Vielä Lontoosta: pelkkää vegaanista ravintoa tarjoavien thai-ravintoloiden ketjussa on Sohon Vegan Orientalin lisäksi viisi muuta ravintolaa eri puolilla Lontoota. Ravintolasta saatavan esitteen mukaan ne ylläpitävät Tang-dynastian buddhalaisiksi kääntyneen keisarin hovin kulinaristisia perinteitä. Keittiö kehitti soijasta erilaisten lihatuotteiden korvikkeita hovin makunystyröitä hellimään. Ravintoloissa onkin tarjolla mm. soija-ankkaa ja nautanlihan soijakorvikkeita. Myös kansainvälisen Country Life -ketjun (www.countrylife-restaurant.co.uk) Lontoon ravintolassa tarjotaan vegaanista ruokaa. Valitettavasti ei aina: ruoissa on joskus hunajaa.

Sukulaismajoituksen lisäksi kannattaa harkita Lontoon vegaanien (www.londonvegans.freeserve.co.uk) tarjoamia majoituspalveluita. Itse asuin viime matkallani erään vegaanin luona, mikä



# RIVIEN VÄLISTÄ

"Kun alkaa perusteellisemmin ajatella, että myös eläimet tuntevat tuskaa, niin siihen liittyy ulottuvuuksia, joita en ole ennen pohdinnut. --- Minun alkaa olla vaikea suhtautua lihatuotteisiin."

*Ruotsin pääministeri Göran Persson. Helsingin Sanomat 9.1.01.*

\* \* \*

"Eettiset ja moraaliset pohdinnat laahaavat aina perässä tieteen kehityksestä, ja laki seuraa vielä jäljempänä."

*Dosentti Markku Myllykangas geenimanipulaatiosta. Vihreä Lanka 26.1.01.*

\* \* \*

"Ei ole pahitteeksi, että syötte vähemmän pihvejä."

*Italian terveysministeri Umberto Veronesi BSE -kohun yhteydessä. Vihreä Lanka 26.1.01.*

tuntui todella hyvältä ratkaisulta. Teen saman jatkossa myös työmatkoilla; mieluummin ohjaan työnantajankin rahoja vegaaneille kuin suurille hotelliketjuille. Milloin sama onnistuu Suomessa?

*Tom Söderlund  
tom@iki.fi*

Tälle palstalle toivotaan lukijoiden mielipidekirjoituksia ja muita kirjoitelmia. Lähetä kirjoituksesi osoitteeseen:

**Vegaia-lehti c/o Vegaaniliitto ry,  
Kirjelaatikko, PL 320, 00151  
Helsinki tai sähköpostitse:  
vegaia@vegaaniliitto.fi**



# BIOLOGIAN ELÄINKOKEIDEN ETIIKKA

MICAELA MORERO

*Eläinten hyväksikäytön muodoista eläinkokeet lienevät vaikeimmin vastustettavissa. Eläinkokeiden täyskielto tuntuu nykypäivänä utopialta. Siitä huolimatta tai oikeastaan juuri sen vuoksi niiden oikeutusta on pohdittava.*

Etiikassa pohditaan hyvän elämän ole-  
musta. On kuitenkin syytä puntaroida  
myös elämän itsensä arvoa. Ovatko kaik-  
ki eliöt samanarvoisia vain siksi, että ne  
elävät? Vai vaikuttaako arvottamiseen  
myös fyysisen rakenteen monimutkai-  
suus?

Biologian filosofian eräs kysymys on  
koe-eläinten käyttö tutkimuksessa. Minkä  
verran koe-eläinten elämää on  
kunnioitettava? Toinen kysymys on tie-  
teen arvovapaus. Onko filosofeilla oikeus  
tai velvollisuus astua biologien reviirille  
ja sotkea heidän tutkimuksensa eettisillä  
keskusteluilla vai pitäisikö kunkin tie-  
teenalan pysyä erillään?

Eläinkokeita perusteellaan usein utili-  
taristisesti: yleisesti ottaen eläinkokeista  
on enemmän hyötyä kuin haittaa, joten  
on oikein tehdä niitä. Rajanveto muo-  
dostaa kuitenkin ongelman: kuinka pal-  
jon hyötyä on oltava haittoja enemmän?  
Onko kaikkien eliöiden kärsimys yhtä  
arvokasta? Yleensä ei.

## HYVÄKSYTTÄVÄT ELÄINKOKEET

Australialaisfilosofi **Peter Singer** etsii oi-  
keutettaviksi sopivia eläinkokeita. Eläin-  
suojelijoita hän varoittaa täyskiellosta.  
Silloin eläinkoetieteilijät voivat iskeä ta-  
kaisin kysymällä, olisivatko kieltäjät val-  
miita antamaan tuhansien ihmisten  
kuolla, jos heidät voisi pelastaa yhdellä  
ainoalla eläimellä tehtävän yhden ainoan  
kokeen avulla?

Käytännössä kysymys on hypoteetti-  
nen, koska yhtäkään lääketta ei kehite-  
tä pelkin eläinkokein eikä yhtäkään bio-  
logista mallia yhdellä koe-eläimellä. Sin-  
ger esittääkin eläinkoetieteilijöille vas-  
takysymyksen: olisivatko kieltäjät tek-  
emään kyseisen kokeen yhdellä aino-  
alla aivovaurioisella vauvalla, jos se olisi  
ainoa tapa pelastaa tuhansien ihmisten  
henki? Tällä hän viittaa (koe-)eläinten

ja vauvojen samanlaiseen kehitystasoon.  
(Singer 1991: 85.)

Singer ei lankea täyskiellon kannalle,  
vaikka toteakin sellaisen mustavalkoi-  
sen moraalin houkuttelevan, koska sil-  
loin ei tarvitsisi puntaroida yksittäisiä  
tapauksia. Singerin vertaa eläinkokeiden  
oikeutusta terroristiin. Ihmisiääkään ei  
saa kiduttaa, paitsi joskus. Jos kidutus  
olisi ainoa tapa saada selville terroristin  
piilottaman pian räjähtävän ydinpom-  
min sijainti, olisi kidutus oikeutettu.  
(Kuriositeettina mainittakoon, että ih-  
misoikeusjärjestö Amnesty Internatio-  
nalin mielestä kiduttaminen on aina  
väärin, koska rajanveto em. äärimmäis-  
ten ja muiden tapausten välillä olisi  
mahdotonta.) Singer antaa eläinkoe-  
tieteilijöille nyrkkisäännön: "Koe on oi-  
keutettu vain jos se on niin tärkeä, että  
aivovaurioisten ihmistenkin käyttämi-  
nen olisi oikein." (Singer 1991: 89.)

## ELÄINKOKEITA VASTAAN

Eläinkokeiden vastustajille utilitarismi  
on terävähampainen peto. Filosofit **Tom  
Regan** kuitenkin rohkenee nostaa sanan  
sällänsä sitä vastaan. Hänen mielestään  
eläinkokeet pitäisi kieltää kaikissa ta-  
pauksissa, koska jokaisella eläimellä on  
subjektina kokevalla eläimellä on itseis-  
arvo. Tämä on yhtä suuri kaikilla sen  
omaavilla, niin ihmisillä kuin muillakin  
eläimillä. (Regan 1997.)

Regan aloittaa kritiikkinsä määrittele-  
mällä utilitarismin kaksi periaatetta,  
joista ensimmäinen on tasavertaisuus.  
Jokaisen eliön kipu tai turhautuminen  
merkitsee yhtä paljon kuin minkä tahan-  
sa muun eliön vastaava kipu tai turhau-  
tuminen. Toinen utilitarismin periaate  
koskee hyötyä. On valittava teko, jonka  
myötä tyydytys ja turhautuminen jakau-  
tuu parhaiten niiden kesken, joita teko  
koskee. (Regan 1997.)

Utilitarismin tasa-arvoisuus ei kuiten-  
kaan ole sopivaa laatua ihmisten eikä  
muidenkaan eläinten oikeuksien puo-  
lustajalle. Utilitarismissa ei ole tilaa yk-  
sittäisten eliöiden moraalille oikeuk-  
sille, koska siinä ei olla kiinnostuneita  
yksilön sisäisestä arvosta. Arvokkainta  
onkin yksilön intressien tyydyttyminen,  
ei yksilö, jonka intresseistä puhutaan.  
(Regan 1997.)

Miksi tunteiden arvottaminen yksi-  
lön itsensä sijaan on sitten ongelma?  
Reganin mielestä tyytyväisyyden ja tur-  
hautuneisuuden yhteenlaskeminen joh-  
taa absurditeetteihin. Hän todistaa sen  
esimerkillä, jossa hän olisi oikeutettu  
tappamaan tätinsä, jos vain käyttäisi täl-  
tä perimänsä rahat hyväntekeväisyyteen.  
On väärin tappaa täti, jotta muille saa-  
daan aikaan parhaat seuraukset. Hyvä  
tarkoitus ei pyhitä pahoja keinoja, eikä  
siis eläinkokeitakaan. (Regan 1997.)

Suomalaisfilosofit **Heta Gylling** ja  
**Matti Häyry** pitävät Reganin vaatimus-  
ta kaikkien eläinkokeiden lopettamisesta  
liian ehdottomana. Ensinnäkin he ky-  
seenalaistavat oletuksen, että ihmisten  
ja eläinten kohtelua rajoittaisi vain ja  
ainoastaan yksilön koskemattomuuden  
periaate, eli itseisarvon kunnioitus. Toi-  
sekseen he osoittavat, että tuo periaate  
johtaa vaikeasti hyväksyttäviin johtopää-  
töksiin.

Esimerkiksi rokotuksilla pelastetaan  
lukuisia ihmisiä, vaikka muutama roko-  
tettu voi kuolla siihen. Silti heidät uhra-  
taan yhteisön hyväksi. Sitä paitsi useim-  
pien eläinten tietoisuus ja oman elämän  
kokeminen on hyvin alkeellista. Saisiko  
sellaisia lajeja käyttää eläinkokeisiin?  
(Häyry & Häyry 1997.)

## ETIIKAA TIETEILIJÖILLE?

Jotkut tieteentekijät uskovat, etteivät tie-  
teeseen kuulu eettiset aiheet, koska hei-  
dän näkökulmansa tieteilijöinä on objek-  
tiivinen. He tutkivat faktoja, käyttävät  
puolueettomia menetelmiä ja tuottavat  
tietoa ja konsensusta. Etiikka taas vaatii  
arvojen tutkimista käyttämällä subjek-  
tiivisia menetelmiä tuottaakseen pelkkiä

**Eläinkoetieteilijät ovat yliopistossa koulutettuja,  
jotkut oppiarvoltaan jopa filosofian tohtoreita.**

**Heillä on tai ainakin pitäisi olla taito pohdiskella tekojaan.**

## Eläinkokeiden etiikan pohtiminen ei anna suoria ohjeita ja faktoja, kuten ei eettinen pohdiskelu yleensääkään.



mielipiteitä ja erimielisyyksiä. Niinpä tieteentekijöiden ei tarvitse huolehtia eettisistä kysymyksistä opetuksessa tai tutkimuksessa. Yhteiskunnan jäsenenä tieteentekijöiden on toki kohdattava eettisiä aiheita, mutta tieteellisen yhteisön jäsenenä ei. (Resnik 1998: 2, 3.)

Onko tieto mahdollista ilman näkökulmaa, johon liittyy tiedon kohteen tulkintaa? **Nietzchen** mielestä ei ole tosiasioita, on vain tulkintoja. **Herman Dooyeweerdin** mielestä elämäntutkimuksellisen näkökulman läsnäolo on myönnettävä jokaiselle tieteilijälle.

Missä määrin tiede voi olla elämäntutkimuksellisesti puolueeton? Eläinten tappaminen on hyväksyttävää lähes kaikkialla maailmassa. Pitäisikö se siis hyväksyä eläinkokeissakin? Sitä paitsi eläimiä syödään, vaikka ihminen pysyy terveenä kasvisruokavaliolla. Eikö lihansyönti sitten ole väärin, jos kerran eläinkokeet ovat?

Mielestäni eläinkokeita voi kritisoida, vaikka hyväksyisikin eläinten käyttämisen ja tappamisen muihin tarkoituksiin. Tieteilijöiltä voi nimittäin odottaa korkeampaa moraalialueita kuin vaikkapa kalastajilta ja teurastajilta. Eläinkoetieteilijät ovat yliopistossa koulutettuja, jotkut oppiarvoltaan jopa filosofian tohtoreita. Heillä on tai ainakin pitäisi olla taito pohdiskella tekojaan. Toisaalta muillakin eläinten käyttäjillä on, jos ei taito, niin ainakin valmius pohdiskella eläinten käyttöön liittyviä eettisiä ongelmia.

Tieteentekijät erottautuvat muista kuitenkin siten, että he eivät voi verhoitua tietämättömyyteen. Tieteentekijät voisivat kutsua muitakin pohtimaan eläinkokeiden ja muun eläinten käytön etiikkaa. On (oltava) olemassa ero hämähäkkejä etsivällä biologilla ja pikkulapsella, joka silkkää ilkikurisuuttaan repii lukilta jalat irti nähdäkseen niiden sätkivän.

**Hermann Løbben** mukaan tieteellinen ura ei saisi tuntua moraalisesti ongelmalliselta valinnalta. Ratkaisu ei kuitenkaan ole se, että eettisten ongelmien pohdinta lopetetaan ja ollaan kuin mitään ongelmia ei olisikaan. Sen sijaan on oltava valmius kyseenalaistamaan vaikka koko eläinkoetoiminta, jos se haiskahtaa eettisesti kestävämmältä. Løbbe peräänkuuluttaa myös pakotteita, jotta tieteentekijän moraalinen, juridinen ja poliittinen vastuu eivät jää vain sanahelinäksi. Ainakin teoriassa Pohjoismaissa eläinkoetieteilijät ovat vastuussa tekemisistään.

### KENELLE ELÄINKOKEET OVAT ONGELMA?

Vain ihminen voi tehdä luonnon moraalisesti ongelmalliseksi. Filosofit **J. Passmore** korostaa, etteivät ihmiset, kasvit, eläimet ja biosfääri muodosta moraalisien oikeuksien ja velvollisuuksien yhteisöä. (Oksanen & Rauhala-Hayes 1997, Pihlström 1998 mukaan.) Luonto on eräissä mielessä "vieras" ja "ihmeellinen". Passmore huomauttaa, että ihmisen ehdotonta ainutlaatuisuutta vaalivassa stoalais-kristillisessä traditiossa vain ihminen on voinut tulla "Jumalan puhuttelemaksi" ja vain ihminen voi tulla "pelastetuksi tai kirotuksi". On metaforisessa mielessä totta, että vain ihminen voi tulla pelastetuksi tai kirotuksi, sillä vain ihmisellä voi olla eettinen suhde johonkin itsensä ulkopuolella olevaan. (Pihlström 1998.)

Eettinen suhde ei ole aidosti eettinen, jos toisena osapuolena on moraalisesta vapauteen ja vastuuseen kykenemätön olio, ei-inhimillinen luonto eläimeneen. Myönnettäessä, että luonto on eräissä mielessä ihmisen mielen luomus, vaikka empiirisen maailman olioina olemmekin sen luonnollisia tuotteita ja siitä riippuvaisia, voidaan tajuta, että luonnon ongelmat ovat ihmisten ongelmia. Teoreettisen filosofian dosentti **Sami Pihlström** kirjoittaa: "Luonnon tuhoajina me länsimaisten yhteiskuntien jäsenet olemme rikollisia, mutta meidän rikoksemme eivät ole rikoksia meistä erilliseksi oletettuja luonnonolioita vastaan, vaan ihmisyttä vastaan. Vain tästä näkökulmasta ympäristön tuhoutuminen saa moraalisen merkityksen. Vain ihmiselle luonnon kärsimys voi olla traagista." (Pihlström 1998.)

Samaa periaatetta voidaan soveltaa myös koe-eläimiin. Eläinkokeiden etiikkaa pohdittaessa ei pidäkään mieltä pelkästään sinänsä tärkeää kysymystä, miltä eläimistä tuntuu, vaan myös seuraus- ja ihmisyydelle. Esimerkiksi natsi-Saksassa "eläinkokeita" tehtiin myös kehitysvammaisilla ja vangeilla, joita pidettiin ihmistä alemmina.

### RAKKAUS – TIETOO VAI ELÄIMIIN?

Kirkkoisä **Augustinus** kysyi, edellyttääkö tieto jonkinlaista rakkautta. Kysymystä voi käsitellä kahdelta kannalta. Ensinnäkin: onko koe-eläintieteilijän koettava jonkinlaista rakkautta tietoa kohtaan? Toisaalta voidaan kysyä, edellyttääkö tie-

to eläinkokeiden oikeutuksesta jonkinlaista rakkautta, kuten eläinrakkautta?

Vaikka tieteentekijä rakastaisi tietoa kuinka paljon tahansa, voidaan eläinkokeet tuomita viittaamalla armeliaisuuden ja säälin hyveeseen. Filosofit **Timo Airaksisen** mukaan voidaan kuitenkin kysyä, miksi juuri jonkun tietyn ihmisen olisi ajateltava näin. Biologiain ammattietikkaan voidaan olettaa kuuluvan elämän kunnioittamisen ja sen hyväksikäytön, joten koe-eläimistä huolehtiminen ja niiden käytön rajoittaminen kuuluisivat hyvän biologin piirteisiin.

Todellisuudessa biologit kuitenkin saattavat pitää koe-eläimiä vain välineinä tuloksiin, sillä he eivät ole lupautuneet täyttämään eettisiä kriteerejä. Esimerkki osoittaa, että hyvekäsitelyssä idealisoidaan: hyvä biologi ei ole sama kuin todellinen biologi. (Airaksinen 1987: 243.)

Eläinrakkautta koskevaan kysymykseen löytyy vastausta englantilaisfilosofi **Rosalind Hursthouse**lta. Hänen mukaansa kysymys ei saisi olla vain eläinten oikeuksista tai kärsimyksistä, vaan monista muistakin tärkeiksi katsotuista asioista, kuten luonnon ihmeellisyydestä. Eläinten kohtelussa pitäisikin Hursthouse'n käsityksen mukaan oikeuksien tai kärsimyksen sijasta lähestyä asiaa inhimillisten hyveiden kannalta. Erityinen eläinrakkautta hyve olisi hänen mielestään paras tae eläinten kohtelulle mahdollisimman eettisesti. (Hursthouse 1987, Häyry & Häyry 1997 mukaan.)

Heta Gylling ja Matti Häyry huomauttavat, että mikäli Hursthouse haluaa pitää luonnon ihmeellisyyden tarkastelunsa lähtökohtana, eläinrakkautta hyve laajenee liikaa kahdelta suunnalta. Ensinnäkin eläinten lisäksi muun muassa kivet ja vesipisarot voivat olla kiehtovia ja jopa rakastettavia, mutta niiden kohtelussa ei tarvitse noudattaa samoja sääntöjä kuin eläinten. Toisekseen eläinkoetieteilijät saattavat hyvinkin olla Hursthouse'n kanssa samaa mieltä eliöiden ihmeellisyydestä ja opettavaisuudesta, mutta heidän tulkintansa mukaan nämä seikat yhdistettyinä ihmisen luontaiseen uteliaisuuteen muodostavat pikemminkin oikeutuksen eläinkokeisiin. (Häyry & Häyry 1997.)

### KOHTI IHMISKOKEITA?

Eläinkokeiden etiikan pohtiminen ei anna suoria ohjeita ja faktoja, kuten ei eettinen pohdiskelu yleensääkään. Filo-

sofit teilaavat toistensa näkökulmia, mutteivät kykene itsekään luomaan kaiken kestävästä teoriasta. Se ei ehkä olekaan päämäärä. Saattaa olla tärkeämpää herättää ihmiset kyseenalaistamaan eläinkokeiden oikeutus tai sokea eläinrakkaus.

Jos Singerin vertailua noudatettaisiin, biologian eläinkokeet loppuisivat täysin. Singer rinnasti vauvat ja eläimet sallien eläinkokeet vain, jos niitä tehtäisiin aivoaurioilla vauvoillakin. Tällainen näkökulma tuskin johtaa eläinkokeiden vähentämiseen, vaan pahimmillaan jopa ihmisillä aletaan tekemään kokeita.

En pitäisi ihmiskokeita mitenkään mahdollisena henkisesti kylmenevässä maailmassa. Muun muassa laitton elinkauppa on osoitus ihmisten välinpitämättömyydestä muita kohtaan silloin, kun oma henki on kyseessä. Onneksi on riittämiin todisteita myös sekä valtioiden että eliölajien rajat ylittävistä solidaarisuudesta, mikä näkyy kehitysyhteistyönä sekä myötätuntona eläimiä kohtaan.



## VIITTEET

Airaksinen, T. 1987: *Moraalifilosofia*. 256 s. WSOY. Juva.

Hursthouse, R. 1997: *Beginning lives*.

Häyry, H. & Häyry, M. 1997: *Ihmisten ja muiden eläinten oikeuksista*. Teoksessa: Häyry, H. & Häyry, M. (toim.), *Elämän ehdot*. 260-277. Yliopistopaino. Helsinki.

Oksanen, M. & Rauhala-Hayes, M. (toim.) 1997: *Ympäristöfilosofia*. Gaudeamus. Helsinki.

Pihlström, S. 1998: *Ympäristökeskustelun mahdollisuudesta*. Tieteessä Tapahtuu 4: 19-23.

Regan, T. 1997: *Eläinten oikeuksien puolesta*. Teoksessa: Uurtimo, Y. & Jaaksi, V. (toim.), *Ympäristöfilosofian polkuja*. 5-20. Tampereen yliopisto. Tampere.

Resnik, D.B. 1998: *The ethics of science, an introduction*. 224 s. Routledge. Lontoo.

Singer, P. 1991: *Oikeutta eläimille*. 306 s. WSOY. Juva.



## Kutsu Vegaaniliiton vuosikokoukseen

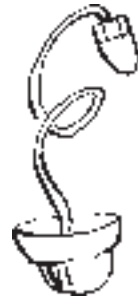
Keskiviikkona 11. huhtikuuta klo 18.00  
Helsinki, Vegaaniliiton toimisto, Hämeentie 48.  
Kokouksessa käsitellään sääntömääräiset asiat.

EVA ANDERSSON



# INTERNETISTÄ LÖYTYNEITÄ

KOONNUT TOM SÖDERLUND



[www.oikeuttaelaimille.net](http://www.oikeuttaelaimille.net)

Oikeutta Eläimille, ruohonjuuritason eläinoikeusjärjestö. Kampanjoita, keskustelufoorumeita, tiedotteita ajankohtaisista tapahtumista ja eläinoikeustilanteesta Suomessa.

[www.animalia.fi](http://www.animalia.fi)

Eläinsuojeluliitto Animalia ry, Suomen suurin eläinsuojelujärjestö, jota myös valtamedia kuuntelee. Tietoa eläinkokeista, turkistarhauksesta ja muista eläinten törkeän hyväksikäytön muodoista Suomessa.

[www.maanystavat.fi](http://www.maanystavat.fi)

Maan Ystävät, aktiivinen ympäristönsuojelujärjestö, osa maailmanlaajuisista ympäristönsuojelujärjestöjen verkostoa. Ajankohtaista tietoa ympäristön tilasta ja Maan Ystävien kampanjoista.

[www.hesy.fi](http://www.hesy.fi)

Helsingin Eläinsuojeluyhdistys ry toimii mm. ihmisten hyväksikäyttämien ja sittemmin hylkäämien lemmikkien puolesta.

[www.djurensratt.org](http://www.djurensratt.org)

Förbundet Djurens Rätt, Sveriges största djurrättsorganisation med ca 50 000 medlemmar. Informationsmaterial, pressarkiv, bildarkiv osv.

[messi.uku.fi/laitokset/vkek/Koekukko/numerot.htm](http://messi.uku.fi/laitokset/vkek/Koekukko/numerot.htm)

Koekukko on Kuopion yliopiston Valtakunnallisen koe-eläinkeskuksen julkaisu. Numerossa 2/2000 on mm. **Leena Vilkan** kirjoitus etiikasta ja käytännön elämästä.

[www.saunalahti.fi/martinas/peregrina/docs/salt.html](http://www.saunalahti.fi/martinas/peregrina/docs/salt.html)

**Martti Bergestadin** erittäin

selkeä suomennos **Henry S. Saltin** yhä ajankohtaisesta teoksesta Eläinten oikeudet (vuodelta 1892). Tätä on todella nautinto lukea.

[www.ksl.fi/julkaisut/janne.htm](http://www.ksl.fi/julkaisut/janne.htm)

**Janne Kekin** suorasanaainen ja lääketieteellisesti painottunut kirjoitus veganismista Kansan sivistystyön liiton sivuilla. Liiton sivuilta löytyy myös muuta mielenkiintoista, kuten tietoa sen kustantamista kasviskeittokirjoista.

[www.nic.fi/~otammile/kt-opas/](http://www.nic.fi/~otammile/kt-opas/)

**Olli Tammilehdon** toimittama, loppuunmyyty opas kansalais-toiminnasta on nyt verkossa. Päivittämätön versio, sisältää osittain vanhentunutta tietoa 80-luvun lopulta.

[www.nic.fi/~otammile/north\\_south\\_environment.htm](http://www.nic.fi/~otammile/north_south_environment.htm)

Samoilta sivuilta löytyy myös kirjoituksia niistä tuhoisista seurauksista, joita taloudellisten etujen sokea tavoittelu aiheuttaa puolustuskyvyttömille osapuolille, kuten ympäristölle.

[www.veganstockholm.org](http://www.veganstockholm.org)

Information om Stockholm för veganer: äta ute, shopping, böcker, kurser, nyheter osv.

[www.vegan.nu](http://www.vegan.nu)

**Magnus Rönnerups** nättidning. Huvudsyftet med tidningen är att skapa en öppen debatt mellan besökarna och sprida information. Innehåller t.ex. en restaurangguide om restauranger i Sverige som erbjuder veganska och vegetariska rätter.

[stockholmsveganer.freeyellow.com](http://stockholmsveganer.freeyellow.com)

Stockholms Veganer anordnar olika sociala aktiviteter för veganer, främst restaurangbesök för att stödja de restauranger som satsar på veganska rätter.

[communities.msn.fi/Kasviskasari](http://communities.msn.fi/Kasviskasari)

Kasviskasari on vegaaniseen ruokaan keskittyvä sivusto, jolta löytyy mm. reseptejä ja keskustelufoorumi. Hieman hitaat sivut.

[www.dodo.org/index.php3?cat=groups&id=61](http://www.dodo.org/index.php3?cat=groups&id=61)

Dodo - Tulevaisuuden elävä luonto ry:n vegaaniruokaryhmä, joka kokoontuu kahden viikon välein torstaisin pääkaupunkiseudulla tekemään vegaanista ruokaa.

[www.jyu.fi/~juhtolv/jyu-vegan/](http://www.jyu.fi/~juhtolv/jyu-vegan/)

Kaikille avoin postituslista, jolla keskustellaan veganismista ja vegetarismista jyvaskyläläisestä näkökulmasta.

[www.vegaaniliitto.fi/oulunlista.htm](http://www.vegaaniliitto.fi/oulunlista.htm)

Oulun seudun vegaanien ja vegetaristien postituslista.

[www.helsinki.fi/jari/hyve/](http://www.helsinki.fi/jari/hyve/)

Helsingin yliopiston vegaanit eli Hyve. Aktiivinen opiskelijajärjestö, jonka toimintaan ovat tervetulleita muutkin kuin opiskelijat ja vegaanit. Sisältää myös tiedot kaikille avoimesta sähköpostilistasta. Lista soveltuu yleiseen keskusteluun veganismista koko Suomen tasolla.

[www.lapsiperhe.net/kasvisperheet/](http://www.lapsiperhe.net/kasvisperheet/)

Postituslista perheille, jotka harkitsevat tai jo noudattavat vegetaristista ruokavaliota tai vegaanista elämäntapaa. Reseptejä. Sivuille on tulossa myös artikkeleita ja vastauksia usein kysytyihin kysymyksiin.

**news:**

[sfnet.keskustelu.vegetaristit](http://sfnet.keskustelu.vegetaristit)  
Laajin kansallinen vegetarismi-aiheinen keskustelufoorumi. Keskustelun taso on usein sekasyöjien ja kasvisyöjien välistä ala-arvoista väitelyä moneen kertaan läpiikäydyistä asioista, mutta tietoa on tarjolla sitä kysyvälle laajan lukijajoukon ansiosta.

**KUKINTO** EKOKAUPPA  
AVOIN TIETÖ HESARILLA

HAMPPUELINTARVIKKEITA  
SIEMENIÄ, JAUHOA, PASTAA,  
TEETÄ, ÖLJYÄ

LUONNONKOSMETIIKAA  
MM. HAMPPU, TERVA JA HUNAJA  
MYÖS ELOKUU-TUOTTEET

PAPERI- JA LAHJATAVARAA  
VAATTEITA JA ASUSTEITA  
MM. HAMPPU JA TURVE

HELSINGINKATU 21  
00510 HELSINKI  
puh. (09) 710 810  
ti-pe 11-19 la 10-15  
ekokauppa@kukin.to

[www.kukin.to](http://www.kukin.to)



o y s o y a a b

- toipun talteen -

**AITO**  
**T**

**O F U**

## **ON TUHANSIN TAVOIN HYVÄÄ**

*Mm. siksi, että se on vegaanituote, joka korvaa liha- ja maitotaloustuotteiden ravintoaineet lähes täydellisesti*

Tilaa ilmainen reseptivihko numerosta  
019-204 456 (MakroBios)  
tai [www.soya.fi](http://www.soya.fi)

# Plamil

Vegaanituotteita vuodesta 1965

- suklaat
- majoneesit
- kasvismaidot



Jakelu ja lisätiedot: Oyj MakroBios Ab 019-204 456

[www.plamilfoods.co.uk](http://www.plamilfoods.co.uk)



*Animalia järjesti 14.1. 2001 kasvisruokakoulutuspäivän, johon osallistuimme Vegaaniliiton edustajina. Osallistujia oli vajaa kaksikymmentä, lähinnä Animalian paikallisosastoista, ja mukana oli myös neljä nuorta Viron eläinsuojeluyhdistyksestä.*

# ANIMALIAN KASVISRUOKAPÄIVÄ

EEVA ANDERSSON JA JESSICA SUNI

Päivä alkoi teatteriohjaaja **Hannele Martikaisen** esiintymiskoulutuksella, jossa pääsimme heiluttelemaan lanteitamme vauhdikkaasti etnomusiikin tahdissa ja vapauttamaan niin korvien välisiä kuin fyysisiäkin jännityksiä. Kahden ja puolen tunnin harjoituskokonaisuus huipentui ennakkoon annettujen tehtävien esittämiseen. Olimme kukin suunnitelleet etukäteen lyhyen puheenvuoron, jossa perustelimme omaa kiinnostustamme kasvisyöntiin ja eläinten oikeuksiin.

Kaikki eivät ehtineet esittää käsityksiään ajanpuutteen vuoksi, mutta ne jotka pääsivät parrasvaloihin, saivat ohjaajalta rakentavaa palautetta. Martikaisen eloisa luonne ja reipas ohjaustyylipitivät tunnelman korkealla, mikä edesauttoi muihin tutustumista. Esiintymiskoulutus oli onnistunut aloitus päivälle.

Lounastauolla tutustuimme Pasilan aseman tuntumassa sijaitsevaan nepalilaiseen Yeti-ravintolaan. Meitä varten oli järjestetty seisova pöytä kasvisruokineen, joista ilahduttavan suuri osa oli vegaanista. Maukkaan annoksen sai koh-tuuhintaan.

Seuraavaksi ohjelmassa oli lääketieteen opiskelija **Johanna Eräsen** luento kasvisyönnin terveysvaikutuksista. Melko suuri osa esitetyistä asioista oli meille entuudestaan tuttuja Vegaaniliiton luentopaketeista. Eränen piti vegaanisia lähtökohtana kasvisyönnille.



Lakto-ovovegetarismissa ei hänen mielestään kannattaisi antaa liian suurta painoarvoa muna- ja maitotuotteille, sillä terveellisen kasvisruokavalion perustan muodostavat (tietysti) kasvikunnan tuotteet.

Aiemmista suunnitelmista poiketen **Anna Valros** ei pitänyt esitelmää eläinten hyvinvoinnista, mutta onneksi meille jaettiin kopiot hänen muistiinpanoistaan. Katsoimme myös brittiläisen 1980-luvun loppupuolella kuvatun videon, jossa kerrottiin kasvisyönnistä, niin lakto-ovovegetarismista kuin vegaanistakin, sekä eläinten tuotanto-olosuhteista. Videossa käsitellyt kysymykset ovat edelleen ajankohtaisia, lähinnä vain eläinten tuotantoluvut ovat muuttuneet. Videota saa lainata Animalian toimistolta.

Videon jälkeen **Tiina Juurela** antoi läh-tölaukauksen Animalian kasvisyöntikampanjalle ja kertoi helmikuussa ilmestyvistä järjestön kasvisyöntiaiheisesta kirjasta. Kirjoittajista mm. Mirka Muukonen ja Harri Nieminen käsittelevät kasvisyöntiä vegaanin näkökulmasta.

Noin satasivuinen teos sisältää myös muita kasvisyöntiaiheisia artikkeleita.

Vegaaniliiton edustajina otimme vapauden viritellä yhteistyötä Animalian kanssa kasvisyöntikampanjan merkeissä. Painotimme, että meidän puoleemme voi aina kääntyä ja materiaalitarjontamme hyödyntää. Etenkin Kouluruokaa kasvisyöjille -esitettä kiiteltiin kovasti.

Kampanjan yhtenä tavoitteena on lisätä kasvisyöntitietämystä nimenomaan kouluissa luentojen ja yhteistyöhankkeiden avulla. Etenkin niillä paikakunnilla, joista löytyy Animalian alueosasto, on mahdollista käydä puhumassa koululaisille ja henkilökunnalle kasvisyönnistä. Teemapäiviä ja -viikkoja, esimerkiksi ravitsemukseen tai ympäristönsuojeluun liittyen, voitaisiin hyödyntää, ja uusia luoda. Maailman kasvisruokapäivän tunnettuutta voisi pyrkiä lisäämään erilaisin tempauksin. Perinteisetkin järjestöt, kuten Marttaliitto, olisi hyvä saada mukaan, sillä niiltä löytyy kokemusta kasvisruokakurssien järjestämisestä. Meidän kampanjaprosessimme voisi puolestaan olla uudenlainen, laajempi näkökulma kasvisyöntiin.

Animalia on kustantamassa kasvisruokaesitettä, jonka sisällöstä meillä ei ole vielä tarkempaa tietoa. Suunnitteilla on myös kasvisyöntiseminaareja, juhlia ja muuta hauskaa. Jääme odottamaan kampanjan tuloksia innolla.



**Monipuolisesti  
kasvisyönnistä 75 mk  
Animalia ry  
p. 09-148 4866  
animalia@animalia.fi  
www.animalia.fi**

**Minä?  
Maailma?  
Muut?**



# TAPAHTUMIA

Ajankohtaisista tapahtumista ja muutoksista ilmoitetaan Vegaaniliiton [www-sivuilla](http://www.sivuilla) ([www.vegaaniliitto.fi](http://www.vegaaniliitto.fi)) ja liiton sähköpostilistalla ([www.egroups.com/group/vegaaniliitto/](http://www.egroups.com/group/vegaaniliitto/)).

## VUOSIKOKOUS

Vegaaniliiton sääntömääräinen vuosikokous pidetään keskiviikkona 11.4. klo 18 toimistolla. Tervetuloa!

## AKTIVISTIKOKOUKSET

Kaikille avoimet aktivistikokoukset pidetään joka kuun ensimmäisenä keskiviikkona toimistolla klo 18. Seuraavat kokoukset ovat siis keskiviikkoina 4.4., 2.5. ja 6.6.

## PÄIVYSTYS

Toimistolla on päivystys joka keskiviikko klo 16-19. Kysy vegaanisesta elämäntavasta, tutustu toimiston tietomateriaaliin, osta Vegaanitavaratalon tuotteita tai tule muuten vain juttelemaan. Tai tule päivystämään!

Toimisto sijaitse Helsingin Sörnäisissä osoitteessa Hämeentie 48. Sisään pääsee sisäpihalta ovesta, jossa lukee Voima.

## HELSINGIN KeskusteluPIIRI

Kaikille avoin vegetaristinen keskustelu-piiri kokoontuu joka toinen maanantai klo 18 Hyven (Helsingin yliopiston vegaanit) kerhohuoneella. Päivämäärät ja aiheet ovat seuraavat:

- Ma 16.4. Suvaitsevainen vegaani — onko sellaista?
- Ma 7.5. Veganismi ja pähteet
- Ma 21.5. Vegaani kiusauksessa
- Ma 4.6. Veganismin eri tyyllilajit
- Ma 18.6. Oikeutta Kasveille
- Ma 2.7. Mitä tarkoitetaan oikeudella?

Hyven kerhohuone sijaitsee osoitteessa Uusi ylioppilastalo, Mannerheimintie 5B, 5. krs.

## KASVISFESTARI 2001

Helsingin Gloriassa järjestetään perjantaina 4.5. Vegaaniliiton ja Oikeutta Eläimille -järjestön tukikonsertti, jonka teemana on kasvissyönnö. Tapahtumassa myös myydään kasvisruokaa ja esitetään aiheeseen liittyviä videoita. Esiintyjät eivät ole vielä selvillä lehden mennessä painoon. Tapahtumasta tiedotetaan aikanaan tarkemmin liiton verkkosivuilla. Tapahtuman järjestelyihin tarvitaan vapaaehtoisia!



## YLEISÖTILaisuUS

Torstaina 10.5. klo 18-20. Luento-tilaisuus "Veganismi ja arjen poliittisuus" Annantalon auditoriossa (Annankatu 30, 2. krs., Helsinki). Tutkija Pia Lundbom tarkastelee veganismin henkilökohtaisen poliittisuuden ja ekologisen kuluttamisen näkökulmasta. Tutkija Jukka Peltokoski luennoi veganismista uusien yhteiskunnallisten liikkeiden valossa. Tilaisuuteen on vapaa pääsy. Järjestää Vegaaniliitto ry.

## MAAILMA KYLÄSSÄ

Maailma kylässä -festivaali valtaa Helsingin Kaisaniemen puiston 26.-27.5. Muiden kansalaisjärjestöjen tavoin myös Vegaaniliitto on tapahtumassa todennäköisesti mukana Mahdollisuuksien torilla. Vegaaniliitto tarvitsee tapahtuman järjestelyihin lisää vapaaehtoisia!

# VEGAANILIITTOSSA TAPAHTUNUTTA

## JOHANNA KAIPAINEN

Ennen joulua pidimme yhdessä Oikeutta Eläimille -järjestön kanssa infopöytää Helsingin keskustassa viikonlopun ajan. Samalla jaoimme ohikulkijoille esitteitä sikojen elinolosuhteista. Myös Mikkelissä oli kinkkukampanjatoimintaa.

Joulutauon jälkeen Jessica Suni aloitti toimistolla kuukauden kestävä työharjoittelun. Jessican työpanos on ollut liitolle valtava apu. Monet rästityöt ovat tulleet hoidetuiksi ja Jessica myös käänsi luontopakettien ruotsiksi. Tammikuun aikana tehtiin rintamerkkitalkoissa noin 600 uutta rintamerkkiä.

Vegaaniliiton aktiivit pitivät esitelmän ja keskustelutilaisuuden veganismista Helsingin yliopiston Varsinais-suomalaisen osakunnan tammikuuisessa illan-



vietossa. Ihmiset olivat aiheesta hyvin kiinnostuneita.

Aktiivikokouksia on pidetty kuukausittain. Kokouksissa on mm. käyty läpi eri hankkeiden tilannetta ja suunniteltu uusia hankkeita.

Keskustelu-piiri on kokoontunut Hyven kerhohuoneella vanhaan tapaan joka toinen maanantai.

# VEGAANILIITON ALUEELLISET YHDYSHENKILÖT

## Jyväskylä

Toni Riihioja  
Kalervonkatu 8 B 7,  
40100 JYVÄSKYLÄ  
050 531 3202

## Kokkola

Markus Helminen  
Pengerkatu 2 E 4,  
67100 KOKKOLA  
markus.helminen@cop.fi  
050 356 5481

## Kuopio

Altti Parviainen  
Metsäkummuntie 2 B 28,  
70420 KUOPIO  
sent\_post@hotmail.com  
040 5898 578

## Mikkeli

Jessica Suni (\*)  
Ratsutilantie 2,  
50100 MIKKELI  
jessicasuni@hotmail.com  
040 754 6954

## Oulu

Mika-Petri "Mixu"  
Lauronen  
Tervakukkatie 30 D 31,  
90580 OULU  
mika-petri.lauronen@oulu.fi  
040 728 2577

## Outokumpu

Celia Halonen  
Sepänkatu 4 as. 2,  
83500 OUTOKUMPU  
germit@sunpoint.net  
040 822 7107

## Pieksämäki ja Varkaus

Maarit Land  
Hynnälänsaarentie 80 A,  
78880 KUVANSI  
maarit\_land@hotmail.com  
050 330 3899

## Seinäjoki

Tytti Salenius  
Jaakkolantie 3,  
60100 SEINÄJOKI  
040 502 6541

## Tammisaari

Heidi Huotari (\*)  
Rosenvägen 14 a 22,  
10600 EKENÄS  
heidi@huotari.net  
040 758 53 56

## Tampere

Simo Ruottinen  
Satamakatu 24 A 27,  
33200 TAMPERE  
simo.ruottinen@uta.fi  
040 500 0189

## Turku

Harri Nieminen  
Kaarinankatu 2 a A 7,  
20500 TURKU  
hniemi@iobox.fi  
(02) 235 0027

(\*) Veganförbundets svensktalande  
kontaktpersoner: Jessica Suni, St  
Michel och Heidi Huotari, Ekenäs.

**Puuttuuko alueeltasi yhdys-  
henkilö?** Ilmoittaudu sellaiseksi!  
info@vegaaniliitto.fi,  
050 344 9524 (ei tekstiviestejä).

## TULEVIA KANSAINVÄLISIÄ TAPAHTUMIA



### Usean yhdysvaltalaisen eläinasia- järjestön kongressi

Animal Rights 2001,  
Washington DC, USA  
- 30.6. - 4.7.2001  
- www.AnimalRights2001.org

### European vegetaristiliiton (The European Vegetarian Union) EVU:n kongressi

8th EVU Congress, Istanbul,  
Turkki  
- 29.9. - 5.10. 2001  
- www.ivu.org/evu/

### Aasian vegetaristiliiton kongressi

1st Asian Vegetarian Union  
Congress, Goa, Intia

- 13.-20.10.2001  
- www.vegsocmumbai.org

### Kansainvälisen vegetaristiliiton (The International Vegetarian Union) IVU:n kongressit

35th World Vegetarian Congress,  
Edinburgh, Scotlantti  
- Teemana "Food for all our futures"  
- 8.-14.7.2002  
- www.ivu.org/congress/2002/

36th World Vegetarian Congress,  
Melbourne, Australia 2004  
- www.ivu.org/congress/2004/

## TILAA VEGAIA ITSELLESI TAI LAHJAKSI!

Tilaa tällä kupongilla tai internetissä [www.vegaaniliitto.fi/vegaiantilaus.html](http://www.vegaaniliitto.fi/vegaiantilaus.html)

**Kyllä!** Tilaan Vegaian vuodeksi numerosta  
\_\_\_/\_\_\_ lähtien. Olen maksanut Vegaaniliiton  
tilille 70 mk (12 euroa), jolla saan neljä numeroa.

Maksajan nimi: \_\_\_\_\_

Lähiosoite: \_\_\_\_\_

Postinumero ja -toimipaikka: \_\_\_\_\_

**Kyllä!** Tilaan Vegaian ystävälleni lahjaksi numerosta  
\_\_\_/\_\_\_ lähtien. Olen maksanut Vegaaniliiton  
tilille 70 mk (12 euroa), jolla ystäväni saa neljä  
numeroa.

Lahjansaajan nimi: \_\_\_\_\_

Lähiosoite: \_\_\_\_\_

Postinumero ja -toimipaikka: \_\_\_\_\_

Tilausmaksut: 217918-11297 Merita

Laita viestiosaan yhteystietosi.

Vegaaniliitto ry, PL 320, 00151 Helsinki  
info@vegaaniliitto.fi



## LIITY JÄSENEKSI VEGAANILIITTOON!

Jäsenet saavat jäsenetuna Vegaia-lehden. Liity tällä kupon-  
gilla tai internetissä [www.vegaaniliitto.fi/jasenlomake.html](http://www.vegaaniliitto.fi/jasenlomake.html)

**Liityn Vegaaniliiton jäseneksi.** Olen  
\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ maksanut Vegaaniliiton tilille  
 vuosijäsenmaksun 100 mk (17 euroa)  
 vähävaraisen vuosijäsenmaksun 70 mk (12 euroa)

**Liityn Vegaaniliiton ainaisjäseneksi.**  
Olen \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_ maksanut Vegaaniliiton tilille  
ainaisjäsenmaksun 1500 mk (252 euroa).

Nimi: \_\_\_\_\_

Lähiosoite: \_\_\_\_\_

Postinumero ja -toimipaikka: \_\_\_\_\_

Jäsenmaksutili: 217918-11297 Merita

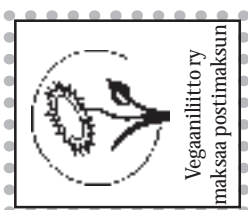
Laita viestiosaan yhteystietosi.

Vegaaniliitto ry, PL 320, 00151 Helsinki  
info@vegaaniliitto.fi





**Vegaaniliitto ry**  
**VASTAUSLÄHETYS**  
**Sopimus 00150-181**  
**00003 HELSINKI**



**Vegaaniliitto ry**  
**VASTAUSLÄHETYS**  
**Sopimus 00150-181**  
**00003 HELSINKI**



**HERNE & NAURIS**

**Munkkisaarenkatu 16:ssa laadukasta kasvisruokaa**

**Päivän annos, päivän pasta tai keitto...**

**Päivittäin myös vegaanivaihtoehto!**

**Annoksia myös mukaan.**

**Kokous- ja muuta tilaa vuokrattavana.**

**Avoinna:**

**Ma - pe Ravintola 11-18, Kahvila 9-18**

**Lauantaisin 12-18**

**Herne & Nauris**

**Munkkisaarenkatu 16**

**00150 Helsinki**

**Puh. (09) 7750 7695**

**Bussit 16 ja 14B**

**Helsingin Diakonissalaitos**



**KUTINAA KERRAN KUUSSA VAI  
KANKAISET JOKA KUUKAUSI?**

**KESTÄVÄT, PESTÄVÄT KANGASSITEET  
OVAT YSTÄVÄLLISIÄ IHOLLE JA  
YMPÄRISTÖLLE.**

**Puuvillaiset EcoSoft-terveysiteet eivät  
hiosta eivätkä hierrä ja ne sopivat  
oivallisesti myös kaikkein  
herkkäihoisimmille.**

**Jätevuoret eivät  
kestositeistä kasva  
vaan niitä käyttämällä  
säästät luontoa ja rahaa.**

**TILAA ILMAINEN ESITE!**

**ekokauppa  
ruohonjuuri**

**ma-pe 10-19, la 10-16**

**Mannerheimintie 13 A, 00100 HKI p. 09 - 445 465**



**ekokauppa@ruohonjuuri.fi**

**www.ruohonjuuri.fi**

# TULE MUKAAN TOIMINTAAN!

Pääset liiton sähköpostilistalle lähettämällä tyhjän viestin osoitteeseen [vegaaniliitto-subscribe@yahoogroups.com](mailto:vegaaniliitto-subscribe@yahoogroups.com). Listalla keskustellaan käytännön toimista ja muista Vegaaniliittoon liittyvistä asioista.

## LEHDEN TOIMITUS

Vegaian toimituksessa kukin kantaa haluamansa suuruisen vastuun lehden tekemisestä. Apuasi tarvittaisiin juttujen kirjoittamisessa ja niiden hankkimisessa muilta sekä juttujen toimittamisessa. Puuhaa riittäisi myös mainosten hankkimisessa ja lehden levittämässä. Vegaian toimituksen sähköpostilistalle pääset lähettämällä tyhjän viestin osoitteeseen [vegaia-subscribe@yahoogroups.com](mailto:vegaia-subscribe@yahoogroups.com). Toimitusohjeisiin voi tutustua osoitteessa [www.vegaaniliitto.fi/vt/](http://www.vegaaniliitto.fi/vt/).

## VÄÄRÄN TIEDON OIKAISUKAMPANJA

Vegaaniliitossa on kyllästytty muun muassa kaupallisten tahojen (ja niiden tukemien järjestöjen) levittämään mustavalkoiseen ja jopa virheelliseen tietoon, joka sivuaa enemmän tai vähemmän vegaanista elämäntapaa tai sen motiiveja. Niinpä keräämme esimerkkimateriaalia tällaisista tapauksista ja ryhdymme sen perusteella julkiseen kampanjaan kyseisen toiminnan pysäyttämiseksi mm. kuluttajansuojan vedoten sekä lehdistötiedotteita ja yleisönosastokirjoituksia kirjoittamalla. Tule mukaan! [info@vegaaniliitto.fi](mailto:info@vegaaniliitto.fi), 050 344 9524 (ei tekstiviestejä).

## ESITELMÄPAKETTI FÖREDRAGSPAKET

Käytettävissäsi on varsin kattava paketti vegaanisesta elämäntavasta. Esitelmäpaketti koostuu luentorungosta, Maito vai myötätunto -videosta, kalvoista sekä Vegaaniliiton muusta tietomateriaalista.

Luentorunko kattaa pääpiirteissään kasvissyönnin perustyyppit, kasvissyönnin historian ja nykytilan, vegaaniruokavalion terveydelliset edut ja riskit, eläinten oikeudet, elintarviketuotannon ympäristövaikutukset sekä vegaaniruokavalion koostamisen ja käytännön toteuttamisen.

Osa aineistosta on Vegaaniliiton [www.sivuilla.vegaaniliitto.fi/luentopaketti/](http://www.sivuilla.vegaaniliitto.fi/luentopaketti/). Koko paketin voit tilata

Vegaaniliitosta: [info@vegaaniliitto.fi](mailto:info@vegaaniliitto.fi), 050 344 9524 (ei tekstiviestejä).

Veganförbundets föredragstomme finns nu även på svenska.

## VEGAANISTEN TUOTTEIDEN KARTOITUS

Tuotekartoitushankkeessa selvitetään, mitä vegaanisia tuotteita Suomessa on tarjolla. Tuloksista koottiin Eläintuotteita välttävän opas vuonna 1999, jonka päivittämistä valmistellaan. Kiinnostaako osallistuminen? Ota yhteyttä osoitteeseen [tk@vegaaniliitto.fi](mailto:tk@vegaaniliitto.fi).

## PÄIVYSTÄMÄÄN?

Haluaisitko sinäkin palvella veganismista kiinnostuneita ihmisiä, myydä heille tuotteitamme ja puuhata liiton rästihommien parissa toimistollamme? Hieno! Varaa päivystysvuoro: [info@vegaaniliitto.fi](mailto:info@vegaaniliitto.fi), 050 344 9524 (ei tekstiviestejä).

## TOIMINTAA HELSINGIN ULKOPUOLELLE?

Liitto on ollut viime aikoina aktiivinen Helsingin lisäksi myös Mikkeliissä. Jos haluaisit järjestää tapahtumia omalla paikkakunnallasi, ota yhteyttä paikkakuntasi yhdyshenkilöön tai ryhdy tarvittaessa itse sellaiseksi! Liitolta saa tarvittaessa materiaalia ja rahoitusta. [info@vegaaniliitto.fi](mailto:info@vegaaniliitto.fi), 050 344 9524 (ei tekstiviestejä).

## KESKUSTELUA VEGAANISESTA ELÄMÄNTAVASTA

Helsingin yliopiston vegaanien (Hyve) vegan-list -sähköpostilista soveltuu yleiseen keskusteluun vegaaniudesta. Liittymisohjeet löytyvät osoitteesta [www.helsinki.fi/jarj/hyve/lista.html](http://www.helsinki.fi/jarj/hyve/lista.html). Lista on avoin foorumi kaikille vegaaniudesta kiinnostuneille.

Oulun seudulla ja Jyväskylän seudulla on myös paikalliset sähköpostilistansa. Kysy ko. alueiden yhdyshenkilöiltä lisätietoja.

## IDEOITA?

Muista kertoa ideoistasi. Ja tule mukaan toteuttamaan niitä!



## Kaikkea hyvää ruokapöytään

Vegaaneita palvelevat tukkuliikkeet Itu ja Bioviini palveluksessanne sähkökaupassa tai kysy erikoisliikkeistä tuotteitamme. Viinimme ovat vegaaneille sopivia. Kysy lisää tai katso kotisivuiltamme [www.itubiodyn.fi](http://www.itubiodyn.fi), [www.bioviini.fi](http://www.bioviini.fi)

ITU OY  
puh. 7743010

Bioviini Oy puh. 41104050



# KATTILOIDEN KOLINAA,

# LAUTASTEN KILINÄÄ

VILI VEPSÄLÄINEN

*Vilin ateria herkkusuille koostuu bataattimuusista, pinaattiperunamuusista, hummuksesta, korianterihummuksesta ja maustetuista kikherneistä. Hyvä kastike kruunaa aterian. Kaikki reseptit ovat gluteenittomia.*



## BATAATTIMUUSI

2 kpl bataattia  
1 dl soijakermaa  
1 rkl rakuunaa  
1 rkl persiljaa

Pilko bataatti lohkoiksi ja keitä runsaassa vedessä kypsäksi. Kaada ylimääräinen vesi pois. Lisää yrtit ja soijakerma kattilaan. Sekoita seos huolellisesti haarukalla samalla muussaten bataattia, lopuksi vaahdota tehosekoittimella. Pitkä ja hidas haudutus uunissa parantaa muusin makua.

## PINAATTIPERUNAMUUSI

400 g perunaa  
1 dl soijakermaa  
1 tl suolaa  
1 pakkaus pakastepinaattia tai noin 100-150 g tuoretta pinaattia

Valmista perunasose keittämällä normaalisti. Lisää valmiiseen soseeseen soijakerma ja pinaatti (pakaste sulatettuna tai kiehautettuna vielä kerran). Jos käytät tuoretta pinaattia, pilko se erittäin pieneksi. Lisää suola ja vaahdota tehosekoittimella.



## NOPEA HUMMUS

400 g purkki kikherneitä (tai keitettyä noin 270 g)  
2 rkl tahinia  
loraus sitruunamehua  
2 tl murskattua valkosipulia  
3 rkl oliiviöljyä  
125 g soijajogurtta  
suolaa maun mukaan

Vaihe 1:

Muussaa kikherneet yleiskoneessa. Lisää ensin sitruunamehu, sitten oliiviöljy, valkosipulimurska, tahini ja toiseksi viimeisenä soijajogurtti. Viimeisenä lisätään suolaa. On tärkeää lisätä soijajogurtti erillään sitruunasta, koska muuten jogurtti muuttuu ikävän näköiseksi.

Vaihe 2:

Ja hummus kahteen osaan. Mausta toinen puoli korianterimurskalla. Toinen puoli tarjotaan ihan sellaisenaan.

Hummus säilyy jääkaapissa noin vuorokauden.

## KIKHERNELISUKE

1 purkki kikherneitä (270 g kikherneitä)  
2 dl soijakermaa  
1-2 rkl intialaista maustetahnaa

Pese kikherneet hyvin ja laita kattilaan soijakerman ja mausteen kanssa. Keitä ainakin 15 minuuttia. Jos lisuke on liian mietoa, mausta lisää. Jos liian tulista, lisää maustamatonta soijajogurttia.

## ST VILI'S SAUCE -KASTIKE

1 sipuli (silputtuna)  
kylmäpuristettua oliiviöljyä  
1 tl persiljaa hienonnettua tai kuivattua  
1 tl kirvelä hienonnettua tai kuivattua  
1 tl rakuunaa hienonnettua tai kuivattua  
1 rkl tomaattipyrettä  
2 dl kasvislientä (2 dl vettä ja kasvisliemikuutio; tee ensin valmiiksi)  
1 dl kuivaa siideriä  
3 dl soijakermaa  
suuruste, esim. maissitärkkelys  
suolaa  
mustapippuria  
½ omenaa (vihreä, hienoksi raastettuna)  
1 tl kookosvoita tai loraus oliiviöljyä

Kiehauta sipulilippu oliiviöljyssä. Lisää yrtit ja tomaattipyre. Kaada joukkoon kasvisliemi ja siideri, anna seoksen kiehahtaa. Lisää soijakerma ja anna kiehua noin 15 minuuttia. Suurusta. Keitä pari minuuttia ja mausta samalla suolalla ja pippurilla. Lisää omenaraaste ja kiehauta vielä 5 minuuttia. Viimeistelet kastike kookosvoilla tai loraus oliiviöljyä. Voit hauduttaa kastiketta vaikka puoli tuntia ennen viimeistelyä, jos muut ruuat eivät ole valmiita. Muista: kastike on kaloripommi, ei jokapäiväinen ruoka.

## PUNAVIINIKASTIKE

Tämä kastike sopii erittäin hyvin esimerkiksi röstiperunoiden ja paistettujen paprikoiden kanssa, mutta ei kaalin kanssa.

3 dl vahvaa kasvislientä (yksi kuutio/3 dl vettä)  
1,5 dl alkoholitonta luomupunaviiniä (saa ainakin Ruohonjuuresta)  
2 salottisipulia silppuna  
2 rkl soijakastiketta  
2 tl maissitärkkelystä  
2 tl vettä  
oliiviöljyä

Kuullota sipuli silppu oliiviöljyssä. Lisää kasvisliemi ja viini. Kiehauta. Mausta soijalla ja tarpeen mukaan suolalla. Suurusta maissitärkkelyksellä, joka on sekoitettu kylmään veteen. Lopuksi ripaus kuivattua timjamaa tai rosmariinia ja loraus oliiviöljyä tai nokare kookosvoita.



# Vegaanitavaratalo

*Vegaaniliiton tuotteilla levität tietoa kasvis-syönnistä ja tuet samalla liiton toimintaa. Hintoihin lisätään postimaksut mutta ei muita kuluja.*

## Tilaa tuotteet Vegaaniliitosta:

Vegaaniliitto ry, PL 320, 00151 HELSINKI

Puh. 050 344 9524 (ei tekstiviestejä)

tilaukset@vegaaniliitto.fi tai [www.vegaaniliitto.fi/tavaratilaus.html](http://www.vegaaniliitto.fi/tavaratilaus.html)

Tilinumero: 217918-11297 Merita

## ENGLANNINKIELISET TUOTTEET

### ANIMAL LIBERATION

Peter Singer, Pimlico, 320 s. Hinta 115 mk (19,50 euro).

Australialaisen filosofian professorin kirjoittama nykyisen eläin-suojelun utilitaristinen perusteos. Kirjassa kuvataan niitä kärsimyksiä, joita muille eläimille aiheutetaan muun muassa lihan-tuotantolaitoksissa, eläintarhoissa ja laboratorioissa. Samalla kirja kertoo, mitä voisimme tehdä eläinten auttamiseksi ja miten voisimme elää eettisemmin, lajisortoon syyllistymättä.

**Englanninkielinen.**

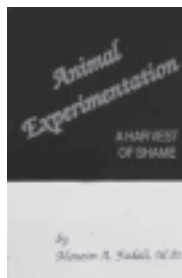


### THE SOULS OF ANIMALS

Gary Kowalski, 159 s., 130 mk (22 euro).  
Ovatko muutkin eläimet tietoisia kuolemasta? Kokevatko hekin rakkauden tuntemuksia? Teos käsittelee näitä ja monia muita eläinten tietoisuuteen liittyviä kysymyksiä.

**Englanninkielinen.**

**UUTUUS!**



### ANIMAL EXPERIMENTATION: A HARVEST OF SHAME

Moneim A. Fadel, MD, 234 s. 150 mk (25 euro).

Sydänkirurgin kirjoittama syväluotaava teos eläinkokeista. Kirjassa kerrotaan eläinkokeiden raakuudesta muita eläimiä kohtaan ja siitä, kuinka eläinkokeilla saatuja tuloksia ei voida varmuudella soveltaa ihmislajiin. Kirja kumoaa väitteen eläinkokeiden välttämättömyydestä vakuuttavin perustein.

**Englanninkielinen.**



### SLAUGHTERHOUSE: THE SHOCKING STORY OF GREED, NEGLECT, AND INHUMANE TREATMENT INSIDE THE U.S. MEAT INDUSTRY

Gail A. Eisnitz, 309 s., sidottu. 255 mk (43 euro).

Silminnäkijän kirjoittama teos kertoo Yhdysvaltojen teurastamoiden arjesta: muita eläimiä pidetään leväperäisen lainsäädännön turvin käsittämättömän huonoissa olosuhteissa ja heitä pahoinpidellään tahallaan, jopa keitetään eläviltä.

**Englanninkielinen.**

### FREE THE ANIMALS!

Ingrid Newkirk, 372 s., uusi painos. 120 mk (20 euro).

Jännärin tavoin otteessaan pitävä teos, joka kertoo eläinten vapauttamisesta laboratorioista, turkistarhoilta ja tehotuotantiloilta.

**Englanninkielinen.**

### VEGAN NUTRITION

Gill Langley, The Vegan Society.

208 s. 90 mk (15 euro).

Perusteelliset ja selkeät tieteelliset tiedot vegaaniruokavaliosta.

**Englanninkielinen.**



### THE VEGAN COOKBOOK

Nicola Graimes. 96 s. 130 mk (22 euro).

Yli 50 vegaanireseptiä väriavokuvien. Jokainen ohje sisältää reseptin ravintosisällön. Lisäksi ravitsemustietoutta (mm. raskaana oleville ja lapsille) sekä runsaasti vinkkejä. Näyttävä kirja vaikka lahjaksi!

**Englanninkielinen.**

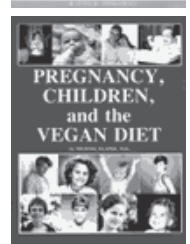


### PREGNANCY, CHILDREN AND THE VEGAN DIET

Michael Klaper, MD. 100 mk (17 euro).

Ravitsemuksellinen opas odottavan äidin ja lasten vegaaniseen ruokavalioon.

**Englanninkielinen.**



### VEGETARIAN COOKING FOR PEOPLE WITH ALLERGIES

Raphael Rettner, D.C., 143 s., nidottu. 130 mk (22 euro).

Ruoka-aineallergiat ovat yleisempiä kuin mitkään muut lääketieteen tuntemat allergiat. Kasvisruokareseptejä ihmisille, jotka ovat allergisia vehnälle, soijalle, tomaateille tai maissille.

**Englanninkielinen.**



### THE VEGAN PASSPORT

The Vegan Society. 48 s. 35 mk (6 euro).

Vegaanipassi selittää 38 kielellä, mitä vegaanit syövät ja mitä eivät. Ravintoloissa, hotelleissa yms. esitettäväksi.

**Englanninkielinen.**

### VEGAN SHOPPER

The Vegan Society. 258 s. 50 mk (8,50 euro).

Vegaanikuluttajan opas, runsaasti suomalaisillekin hyödyllistä tuotetietoa.

**Englanninkielinen.**

### EMALIPINSSI

Auringonkukka-logolla. 15 mk (2,50 euro).



### KONDOMIT

18 mk (3 euro)/pkt.

3 kpl/pkt, täysin vegaaniset kondomit (tavalliset sisältävät maidosta saatavaa kaseiinia). Kolme erilaista, supersafe, natural sekä fruit (suklaan, banaanin ja mansikan tuoksuiset).



Lähtettäjä: Vegaaniliitto ry,  
PL 320, 00151 HELSINKI

# vegaanitavaratalo

Vegaaniliiton tuotteilla levität tietoa kasvissyönnistä ja tuet samalla liiton toimintaa. Hintoihin lisätään postimaksut mutta ei muita kuluja.

Tilaa tuotteet Vegaaniliitosta (yhteystiedot edellisellä sivulla).

## SUOMENKIELISET TUOTTEET



### ULOS HÄKEISTÄI

Kaksi näkökulmaa uuden eläinliikkeen sisältä. Salla Tuomivaara ja Joni Purmonen. Tammi. 324 s. 30 mk (5 euro).  
Eläinliikkeen nousu Suomessa 1990-luvun jälkipuoliskolla. Kirjoittajat lähtivät mukaan eläinoikeustoimintaan ja perustamaan Oikeutta eläimille -järjestöä, ryhtyivät vegaaneiksi ja levittivät tietoa eläimiin kohdistuvasta julmuudesta.



### ELÄINSUOJELU JA RIKOSOIKEUS

Joonia Streng, Yliopistopaino. 113 s. 159 mk (27 euro).  
Esittelee eläinsuojelua historiallisesta, filosofisesta ja erityisesti rikosoikeudellisesta näkökulmasta.

### ELÄINTUOTTEITA VÄLTÄVÄN OPAS

Vegaaniliitto ry. Moniste. 8 mk (1,5 euro).  
Vegaaniliitto ry:n ja Hyven (Helsingin yliopiston vegaanit) tietokanta Suomessa myytävistä ei-eläinperäisistä tuotteista. Oppaassa on lähinnä elintarvikkeita sekä kosmetiikka- ja hygieniatuotteita.

### KASVISSYÖNTIÄ ALOITTELIJOILLE

Vegaaniliitto ry. 20 s. 10 mk (2 euro).  
20-sivuinen opaskirjanen romuttaa ravitsemusta koskevia harhakäsityksiä ja esittelee uuden, terveellisen neljän ruokaryhmän vegaanisen ruokavaliomallin. Oppaassa on omat lukunsa lasten ja odottavien äitien ruokavaliosta, ja se sisältää runsaasti käytännön vinkkejä ja ruokaohjeita.

### KOULURUOKAA KASVISSYÖJILLE

Vegaaniliitto ry. 16 s. 10 mk (2 euro).  
Tietovihko peruskoulujen ja lukioiden kouluruokailusta päätävälle

### FENNOVEGAANINEN RESEPTIVIHKO (+ JOULURUOKALIITE)

Oikeutta Eläimille. Moniste. 5 mk (1 euro).

### MAITO VAI MYÖTÄTUNTO

The Vegan Society. Hintaa 80 mk (13,50 euro). Vauhdikas musiikkipitoinen video esittelee veganismin eettiset, ekologiset ja terveydelliset perusteet. Oppaana rastarunoilija Benjamin Zephaniah. Sopii erinomaisesti kouluille ja kirjastoille. Suomenkieliset tekstit, pituus 22 min.

### VEGAANIN KÄSIKIRJA - RAVINTOA ILMAN ELÄINKUNNAN TUOTTEITA

Eeva Jäntti, KSL. 224 s. 110 mk (18,50 euro).  
Ensimmäinen suomenkielinen vegaaninen keittokirja. Opit tekemään itse kalliit erikoistuotteet (mm. tofu, tempeh, seitan). Ruokaohjeiden lisäksi kirja kertoo haitallisista lisäaineista, geenimanipulaatiosta ja ravinnon paremmista vaihtoehdoista.



### VEGAANIN KASVISKEITTOKIRJA

Mirka Muukkonen ja Anna Särkisilta. Like. 3. uusittu painos, 130 s. 60 mk (10 euro).  
Vegaanin kasviskeittokirja on ensimmäinen suomalainen vegaanien itse tekemä keittokirja. Kirja sisältää herkullisia, helppoja, edullisia ja nopeita kasvisruokareseptejä ilman muna, maitoa tai muita eläinkunnan tuotteita. Kirjassa on myös tietoa ravitsemuksesta sekä painavia ajatuksia eläinten kohdusta ja vegaanisesta elämäntavasta.

### KEITTOKOMERO JA HUONE

Saara Törmä, 50 s. 50 mk (8,50 euro).  
"Olen hyvän ruuan ystävä, mutta laiska, eikä minulla ole kovin usein liikaa rahaa. Keskustaan en jaksaa lähteä, ainakaan ostamaan, joten tyydyn lähikaupan antimisiin. Käy peremmälle. Istu sohvaan odottamaan sopan valmistumista. Voit itsekin ottaa kuorimaveitsen ja porkkanan käteen. Tai tartu paistinlastaan ja ahtaudu mukaan keittokomeroon. Hämmästy ehkä, miten hyvää ruokaa voi valmistaa vähälläkin. Leijukoon rappukäytävässä mehukas kaalin tuoksu, tukeva sipulinhaju ja kutsuva käry."

### T-PAITA

"5 hyvää syytä ryhtyä kasvissyöjäksi". Valkoinen ja tummansininen. Koot: L ja XL. 100 mk (17 euro).

### RINTAMERKIT

10 mk/kpl.

