HASŁO

fleksitarianizm

WARIANTY

flexitarianizm

DEFINICJA

Fleksitarianizm to sposób odżywiania się polegający na ograniczonym spożywaniu mięsa (czasem też produktów pochodzenia zwierzęcego), na przykład jedzeniu go tylko raz w tygodniu. Ograniczenie może też polegać na tym, że mięso je się jedynie okazjonalnie – poza domem, na przyjęciach, spotkaniach towarzyskich itp.

PRZYKŁADY UŻYCIA

Tak, tak, kochani, jeden raz w tygodniu to takie nasze optimum. Nie jesteśmy przecież wyłącznie roślinożercami. Hm… zbliżamy się do tego, co wielki świat zaczął nazywać – **fleksitarianizmem**. Ograniczone spożycie mięsa, to jest to. O! (Źródło).

Mięcho leciało (dosłownie i w przenośni) bo w końcu uroki **fleksitarianizmu** pozwalają świętować mięsnym posiłkiem obrzuconym tylko brokułami. Dla równowagi zamiast tortu zdecydowałam się na wegański mazurek. (Źródło).

Co więcej, **flexitarianizm** niesie ze sobą sporo korzyści zdrowotnych dla organizmu. Jakie są zasady diety flexitariańskiej i jak komponować codzienne menu? Podpowiadamy. (Źródło).

Taki okazjonalny wegetarianizm nazywa się **flexitarianizmem** i spodoba się wszystkim, którzy mają ochotę raz na jakiś czas zjeść mięso. (Źródło).

Nie ukrywam, że nie jestem wegetarianką, staram się kupować zdrowe, niefaszerowane chemią mięso od zwierząt, które chodziły po trawie i ją spożywały. Wiem, że dla wielu jest to i tak niedopuszczalne zachowanie. To prawda, że skłaniam się bardziej ku **fleksitarianizmowi** (czyli ograniczaniu mięsa w diecie do minimum) (...). (Źródło).

DODATKOWE INFORMACJE

Ang. *flexitarianism.*

WIZUALIZACJE

Zobacz w grafice Google

Copyright © Uniwersytet Warszawski
Wszelkie prawa zastrzeżone zgodnie z art.17 ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych.
Teksty oraz zdjęcia zawarte w tym dokumencie nie mogą być publikowane bez wiedzy i zgody właściciela praw autorskich.

ODSYŁACZE

Por. fleksitarianin, fleksitarianka, fleksitariański.

DATA

Rejestracja hasła: 12.04.2018, 18.31, ostatnia aktualizacja hasła: 09.10.2020, 13.05

AUTOR

Copyright © Uniwersytet Warszawski
Wszelkie prawa zastrzeżone zgodnie z art.17 ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych.
Teksty oraz zdjęcia zawarte w tym dokumencie nie mogą być publikowane bez wiedzy i zgody właściciela praw autorskich.