

https://clf.jhsph.edu/sites/default/files/2019-02/meat_menus_and_meatless_monday.pdf

MEAT, MENUS AND MEATLESS MONDAY

引言

“每周一，避免吃肉”是个2003年导致蔬连周一发展的简单信息。蔬连周一目前是The Monday Campaigns 的一项非营利性倡议，但本来与霍普金斯大学布隆伯格公共卫生学院联合发起，旨在降低与禽畜动物产品，因此，饱和脂肪，的饮食相关的可预防疾病的风险。随着未来10 年出现更多证据，这一信息扩大到涵盖以肉类为主的美国饮食对环境气候的影响。该活动的前提是星期一人们最有可能开始或恢复新的健康行为的日子。根据消费者民意调查，“蔬连周一”开始以来已经发展壮大，在美国人中的认知度接近 30%。今天的蔬连周一参与者包括美国和 40 多个国家的个人、餐馆、学校、医院和其他机构。

在本文中，我们将简要描述减少肉类消费的理由以及关于肉类消费驱动因素和影响因素的现有证据。我们将总结我们对蔬连周一的影响和范围的了解。然后，我们将探索行为改变文献，这些文献可能会加深对蔬连周一等运动如何影响参与者长期肉类消费的理解。我们还将确定未来研究的机会，以增加我们对与蔬连周一相关的饮食和生活方式行为变化的理解，并为未来的活动策划提供信息。

蔬连周一的实施方式和接受它的动机因个人和组织而异。“参与”的定义很宽松，可能会根据对“无肉”含义的解释而有所不同——是否包括鱼、家禽或奶制品——或者一个人是否每周一次或每周一次不吃肉。出于本文的目的，我们将无肉定义为不吃红肉、家禽或海鲜，将参与定义为每周一次放弃食用肉类。

https://docs.google.com/document/d/1_zzn3KEfzlr0VLIbPXjQ25N0WLaz7vG0LZZ1QL2xk8/edit?usp=sharing

The Good Food Fund

This students of this course participated in service learning activities where they put their Mandarin skills to the test to translate and proofread many different types of media for the Good Food Fund.

TEST / THE SOAPBOX / **APOCALYPSE SOON** / SOLD SHORT / CRITICAL MASS / MAGAZINE / PODCASTS

Climate Change Green Politics Covid-19 Life in a Warming World

How Do You Convince People to Eat Less Meat?

A recent fracas in Spain shows that simply telling people to reduce meat consumption in the name of climate and personal health won't work.

ILLUSTRATION BY MELANIE LAMBRICK

In early July, Spain's minister of consumer affairs, Alberto Garzón, posted a short video on Twitter urging Spaniards to decrease their meat consumption. From a political communication perspective, it was flawless. He listed the many ways large-scale meat production and consumption harm humans, the environment, and animals, all backed by peer-reviewed science. He focused on reducing meat intake, not eliminating it—he praised nonindustrial livestock systems and family barbecues. He acknowledged that changing diets is hard for those without access to cheap, accessible, and diverse food choices. He explained that the government would launch food education campaigns and implement regulations to incentivize more sustainable diets. He even added a hashtag: #MenosCarneMasVida (Less Meat More Life).

ductory offer: 50% off fearless reporting. **1 year for \$10.** Subscribe

<https://newrepublic.com/article/163079/convince-people-eat-less-meat>

如何说服人们少吃肉？

西班牙最近的争吵表明，只单纯告诉人们少吃肉是为了保护气

和个人的健康根本是不够的。

图家: Melanie Lambrick

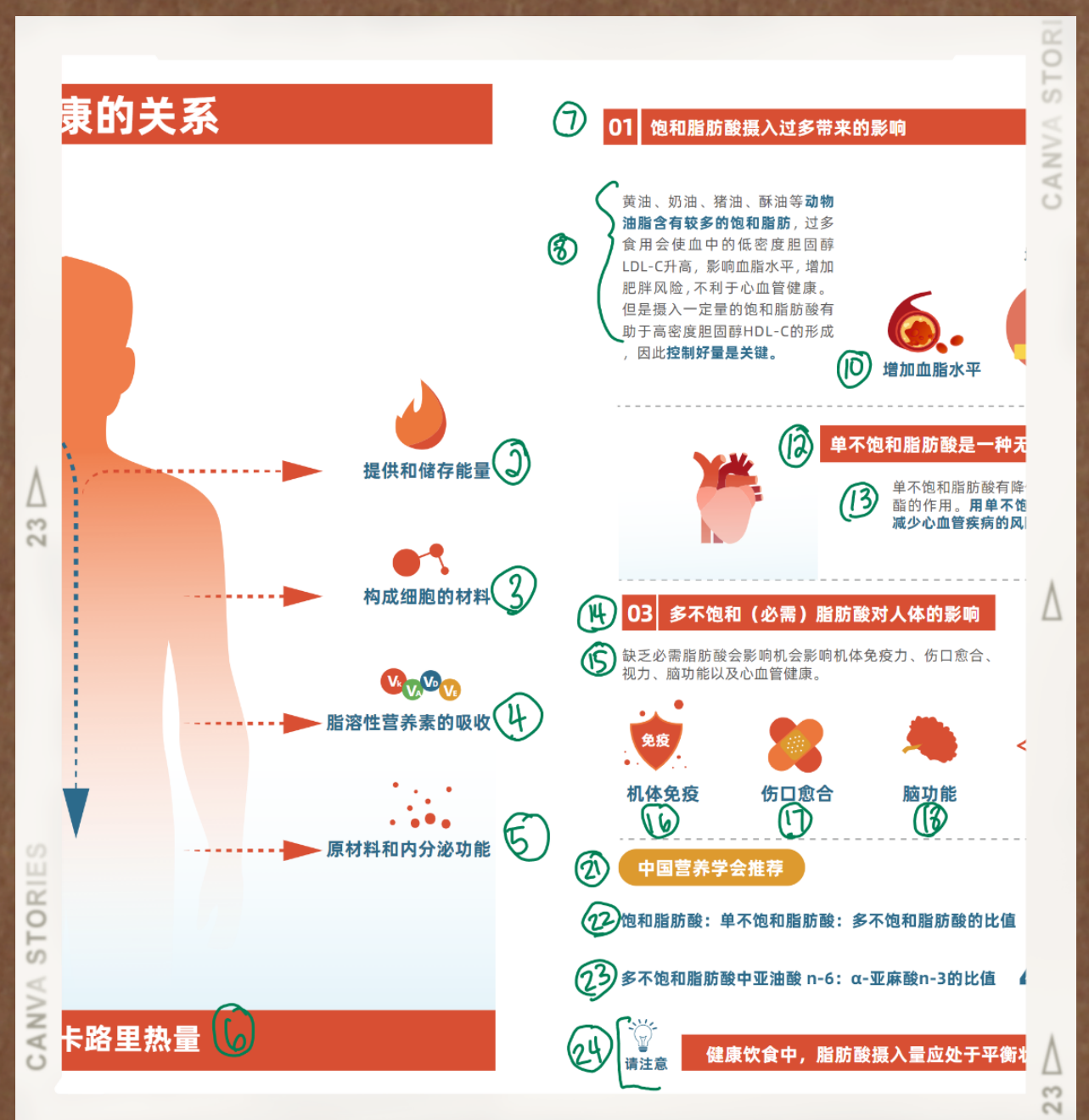
1年7月，西班牙消费者事务部长 Alberto Garzón 在Twitter上发了一段小视频，敦促西班牙减少肉类的消费。从政治学的角度来看，这理论是完美无瑕的。他列出了大规模肉类生产消费对人类、环境和动物的多种危害，所有这些都得到了同行评议科学的支持。他专注于减少肉类摄入量，而不是消除它——他赞扬了非工业畜牧系统和家庭烧烤。同样，承认改变个人的习惯是特别不容易的事情，特别是对于那些无法获得廉价、易获得和多样化食物选择的人来说。关于这件事，西班牙消费者事务部长解释道，政府会发起视频活动，还会提到一些规律，让人们吃得更好。他甚至加了“少肉多生活”的标签

牙政治爆发了。虽然加尔松的微妙和深入研究信息得到一些支持（想减少肉类消费的未来越多），但是一些同事们诉诸留下侮辱性的言论。比如，西班牙的社会党的总理佩德罗桑切斯在新闻发布会上夸张的表达他对牛排的爱，和右翼民众党的特奥多罗加西亚埃

牛事出色地展示了饮食变化的令人担忧的政治。与美国和英国一样，在西班牙普遍存在西方平均饮食含有大量肉类、脂肪和糖分，其生产和消费对环境和社会卫生造成了灾几十年来一直如此，但在过去的几年里，越来越多的声音开始呼吁为了人类和地球健康利益而进行重大的饮食改变。2019年EAT-Lancet 的报告报道呼吁全球转向以植物为主饮食，如果我们还想要将农业生产保持在地球范围内。然而，问题在于，实际上改变人的饮食十分困难的。谁应该推动这种变化：个人，政府，还是公司？能否在消费者自由监督之间取得平衡？以及理性决策将如何与食物的重要文化、民族主义和个人意义相匹配？

<https://docs.google.com/document/d/1roWmUgCKj9PJc3BcpPrRuUC3HEuDeet7Onj06Qz50j0/edit?usp=sharing>

Students translated this long-form article "How Do You Convince People to Eat Less Meat" and "Meatless Monday" from English to Chinese regarding to raise the concerns of meat consumptions to a wider audience.



Students translated this infographic regarding health and diet from Chinese to English.