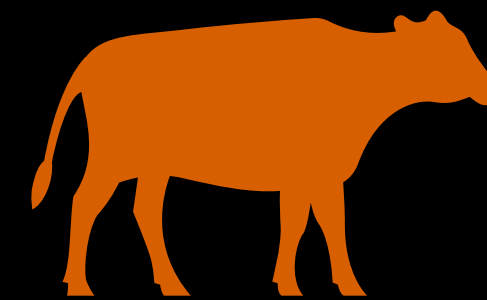


비건으로 기후변화 줄이기

빛나, 레넌, 허브, 도비

주제 선정 계기



대주제를 알게 되고 인터넷으로 자료조사를 진행하던 중 육식이 기후변화에 커다란 영향을 준다는 사실을 접하게 되었다. 가축을 생산하고 가공하는 과정에서 배출되는 온실가스는 18%로 전세계 모든 이동수단이 배출하는 양인 13%보다 더 높았고 전세계의 육식 소비량은 점점 늘어만 가는 중이었다. 우리는 이런 상황이 심각하다고 판단했고 다른 기후변화에 영향을 주는 원인들을 줄이는 것 만큼이나 육식을 그만두는게 중요하다고 생각했다. 그래서 여러가지 방안을 생각해보다 가장 일차적이고 단순한 방법인 고기를 먹지 않는, 비건을 생각하게 되었고 그렇게 우리 주제가 결정되었다.

허브의 개인 학습(주제공감)

| 항목 | 핵심 내용 | 자료 및 출처 |
|---------------------|--|---|
| 육식을 줄이고 채식의 비율을 높이자 | 어떻게 하면 현대인들이 육식의 비율을 높이고 채식의 비율을 높일 수 있을까? 전 세계에서 키우고 있는 가축의 숫자는 무려 220억마리. 이 가축들이 뿜어내고 있는 온실가스는 전세계 온실가스의 18%. 이는 교통수단이 차지하고 있는 온실가스 비율인 13%보다 높은 수치이다. 만약 한 사람이 일주일에 하루만 고기를 먹지 않아도 연간 2,268kg의 이산화 탄소가 감축된다. | https://blog.naver.com/prologue/PrologueList.nhn?blogId=greenstartkr 한국기후,환경 네트워크 블로그 |

레년의 개인 학습(주제공감)

| 항목 | 핵심 내용 | 자료 및 출처 |
|-------------------------|---|---|
| 육식을 줄이면 기후변화를 막을 수 있을까. | 현대 사람들은 고기를 매 끼니마다 거의 챙겨먹는다. 아마존이나 중앙아메리카, 남아메리카의 많은 열대우림들이 미국의 다국적 기업들에 의해 목초지로 바뀌거나 소 사료를 위한 옥수수나 콩 경작지로 바뀌고 있다. 산림이 파괴되면 탄소를 더 이상 저장하지 못해 온실가스 효과가 확산된다. 소는 트림을 할 때 메탄가스를 내뿜는데, 소 4.2마리가 자동차 한 대에 해당하는 온실가스를 내뿜는다.이런 비효율적인 육류소비를 어떻게하면 줄여나갈 수 있을까? | https://terms.naver.com/entry.nhn?docId=5726054&cid=51648&categoryId=63595 http://ch.yes24.com/Article/View/21502 https://ppss.kr/archives/195906 https://terms.naver.com/entry.nhn?docId=5647061&cid=62861&categoryId=62861 |

꾸준히 진행되고 있던 기후변화의 역사🕒

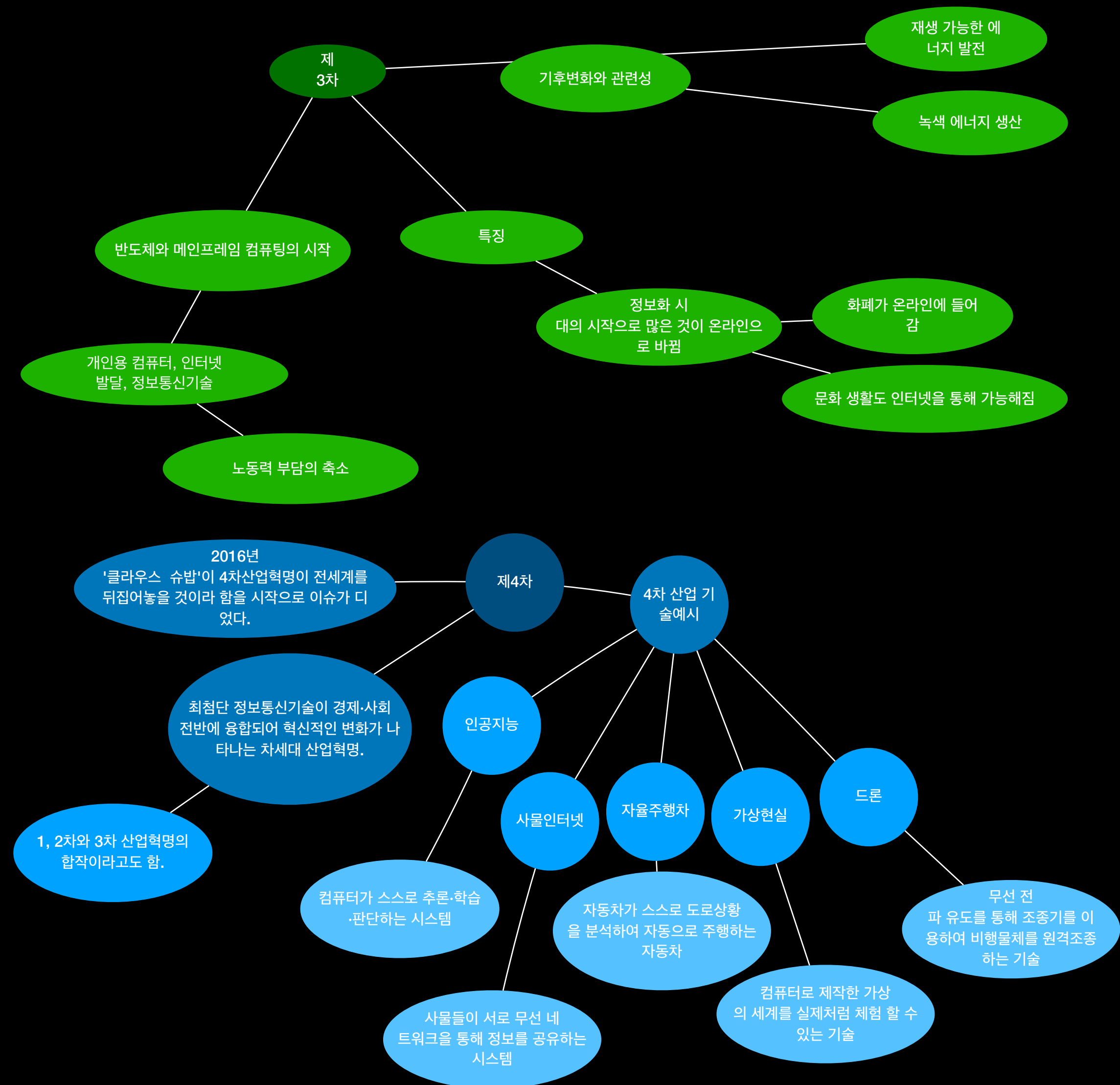
먼저 어떻게 기후변화가 지금까지 이어졌는지를 알기 위해서 산업 혁명을 바탕으로 학습을 진행해봤다. 지금도 꾸준히 일어나고 있는 산업혁명은 18세기 후반 영국에서 처음 시작됐다. 풍부한 자원과 넓은 식민지, 안정적인 정권을 유지하고 있던 영국은 기술을 발전시키기 좋은 배경을 가지고 있었다. 제임스 와트의 증기기관 발명으로 계속 사람의 손으로 해오던 일들을 기계가 대신할 수 있게 되어 공장제 기계 공업이 발달되었다. 하지만 이 때부터 지하자원의 소비도 시작되었다. 2차 산업혁명은 기술 혁신이 일어나며 교류 방식으로 전기가 보급화되고 소수의 부자들만을 위한 이동수단이었던 자동차가 대량 생산되면서 많은 사람들에게 퍼지게 되었다. 하지만 화석연료의 연소로 인해 대기 오염이 심각해졌고 많은 산림 자원이 파괴되었다.



꾸준히 진행되고 있던 기후변화의 역사🕒

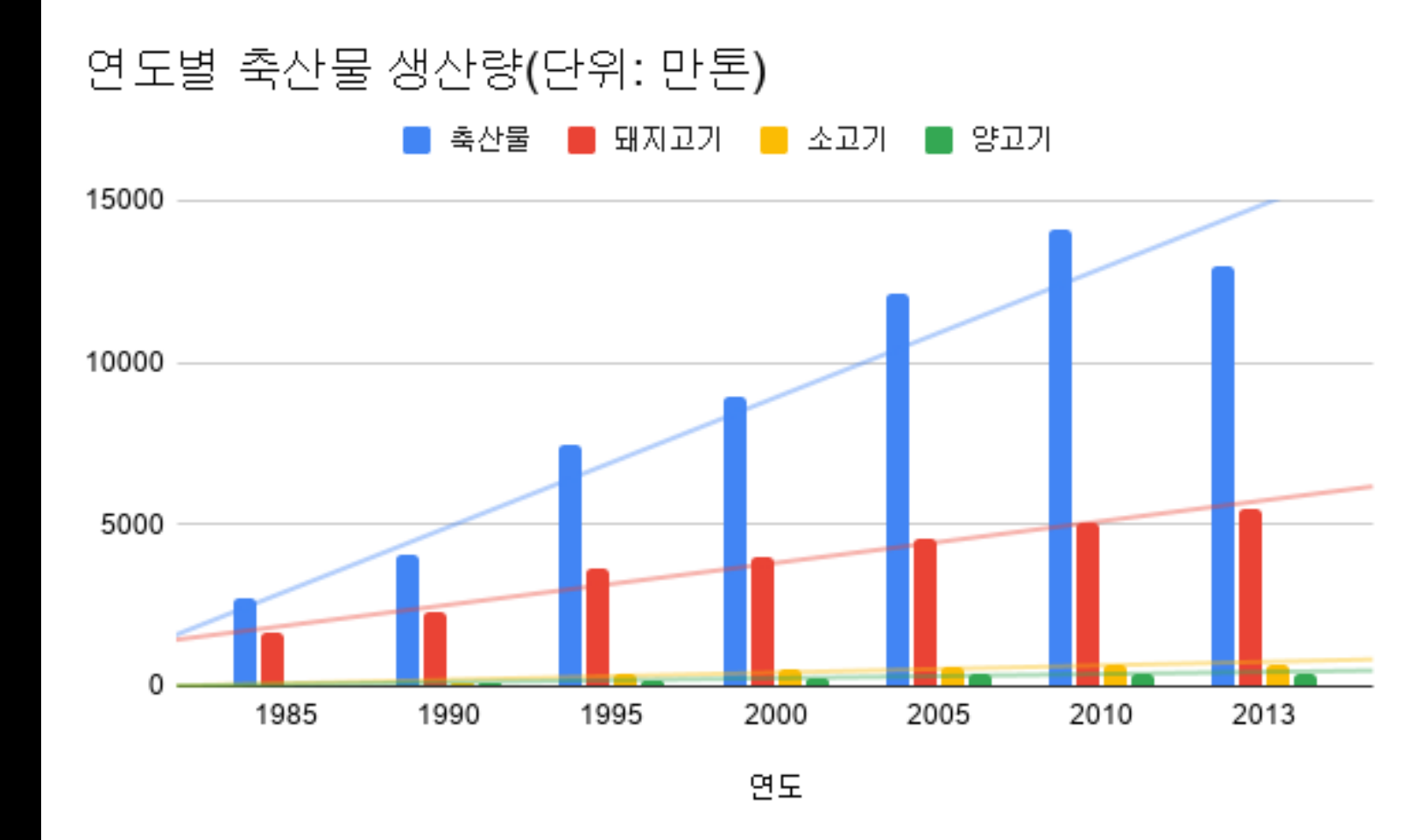
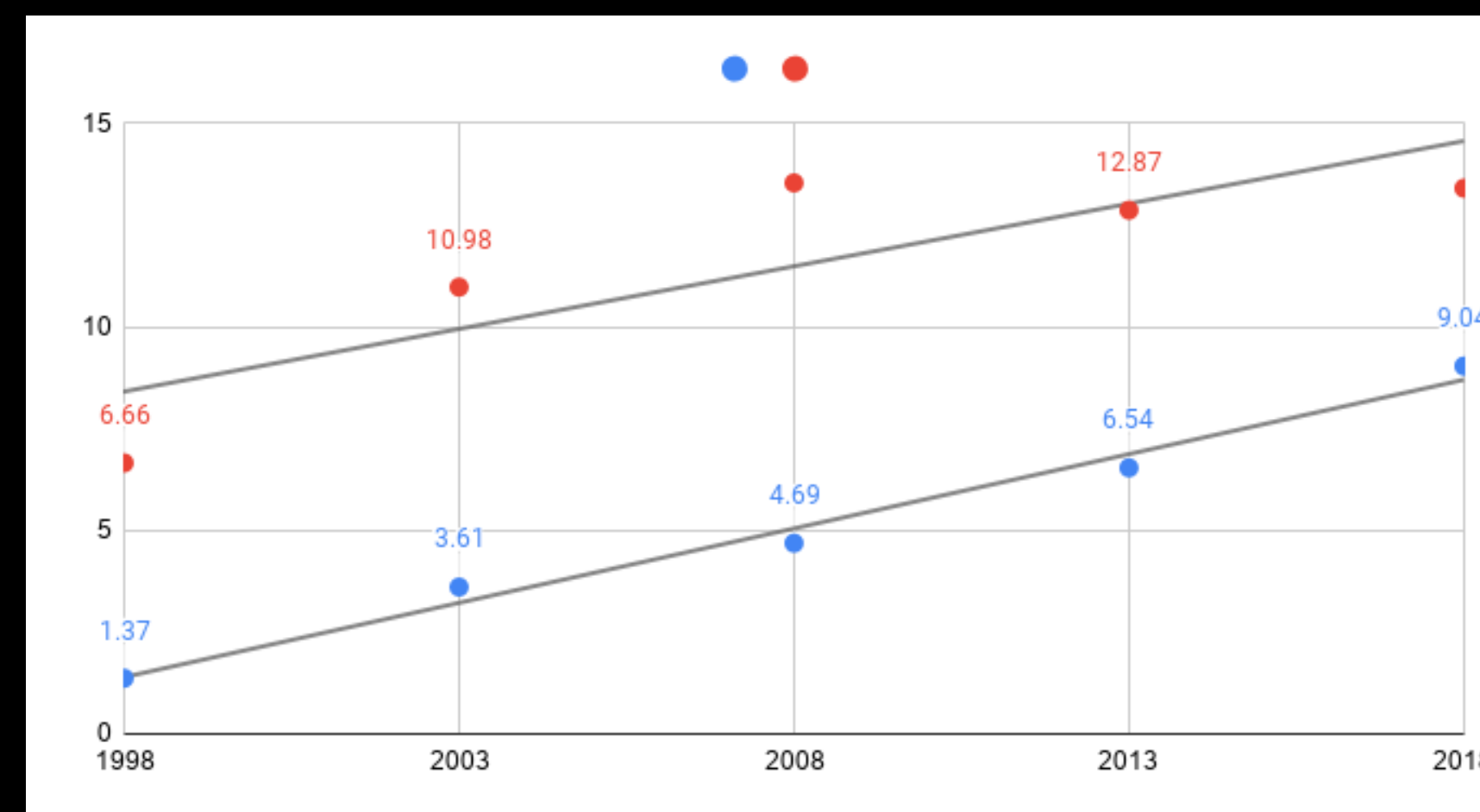
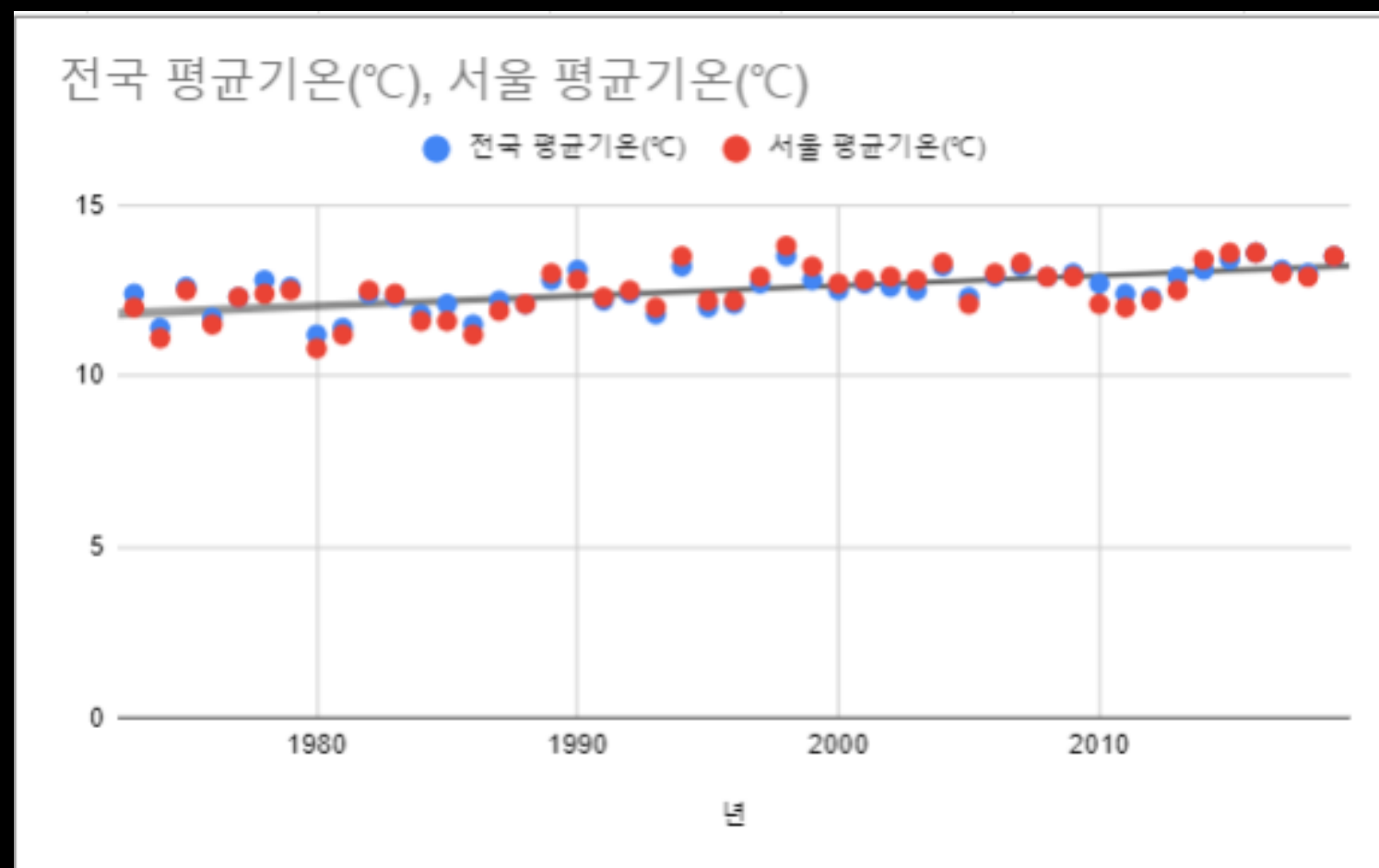
2001년 이후부터 시작된 3차 산업혁명(태양열이나 풍력 등 재생 가능한 에너지를 발전시키고 녹색 에너지로 구동되는 전기자동차 등이 생산되었다. 또한 컴퓨터, 인터넷이 도입으로 IT, SNS가 발달했으며 유통, 생산의 자동화 시스템으로 노동력의 필요가 감소했다. 4차 산업혁명은 지금 진행되고 있는 혁명으로 1, 2차 물리적 공간과 3차의 사이버공간을 합친 것이다.

사물인터넷(IoT), AR(증강현실), VR(가상현실), 자율주행차, 드론 등이 생겨나고 있다. 하지만 육식의 증가로 인해 메탄가스의 양이 늘어나면서 지구온난화가 가속화되었고 이로 인해 빙하가 녹아 해수면이 상승해 많은 국가들이 물에 잠길 위험에 처해있다. 또 가뭄, 폭우, 산불 등과 같이 자연재해가 늘어나 전 세계 많은 사람들이 피해를 입고 있다.



그래프로 기후변화 심각성 파악하기

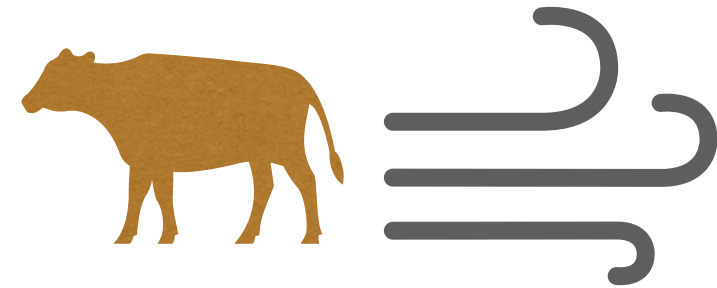
다음으로 기후변화를 일으키는 요인이나 기후변화로 인한 피해 상황을 그래프로 나타내 보았다. 먼저 년도에 따른 전국 평균 기온과 서울 평균 기온을 그래프로 그려보았는데 조금 왔다 갔다는 하지만 추세선을 보면 꾸준히 조금씩 상승하고 있다는 것을 알 수 있었다. 다음은 수온 상승의 변화를 알아 보았는데 파란색인 세계 수온 상승의 변화보다 빨간색인 제주 수온 상승의 변화가 더 빠르고 높다는 것을 알게 되었다. 또한 지구온난화에 큰 영향을 주는 문제이자 우리의 주제인 축산물 생산량도 돼지고기, 소고기, 양고기 순으로 꾸준히 증가하고 있었다.



우리 주제로 써 본 영어기사

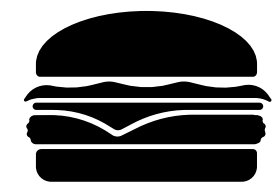
우리 주제는 ‘비건으로 기후변화 줄이기’이다. 이 주제 안에서 또 다시 작은 주제를 잡아 팀 원 마다 각각 기사 한 개씩을 영어로 써보았다. 육류와 메탄가스란 제목을 가지고 있는 첫번째 기사는 육류가 내뿜는 메탄가스의 양과 그 과정에 대해서 설명하고 있다. 두번째 기사는 비건 브랜드의 전망에 대한 기사로 비건 인구가 증가하는 만큼 비건 브랜드 또한 성장하고 있고 영향력 있는 세계적인 기업들도 이 활동에 참여하고 있다는 내용을 다루고 있다.

Cows and Methane Gas



Cows emit more methane gas than cars, boats and airplanes. Cows emit methane gas during their digestion process. Methane gas emitted by a small animal is the same as a small car.
It releases methane gas through farts and burps.
-herb

Vegan's angry winds



Many people these days are going vegan.
Vegan population is getting bigger.

Accordingly, vegan brands are developing too. Large global companies such as McDonalds and Lotteria are releasing vegetarian burgers. It uses cooked meat made with beans.

Also, beauty brands are participating in veganism.
For example, an English brand called Lush is using natural materials and does not test on animals. 80% of the products is made from vegan materials, and they are handmade. -

Dobby

우리 주제로 써 본 영어기사

세번째 기사는 비건에 대해 가지고 있는 편견과 비건을 하면 이로운 점에 대한 기사로 사람들이 흔히 가지고 있는 비건에 대한 편견을 얘기하고 그것이 사실이 아니라는 것과 미국 사이클 선수가 비건을 시작한 뒤로 136kg에서 265kg을 들게 되고 39살 이란 나이에 세계 기록을 깨고 우승을 거두었다는 얘기 등을 포함해 다양한 구체적인 예시와 수치를 포함하고 있다. 마지막은 비건이 지구에게 미치는 이로운 점에 대한 기사로 육식이 이산화탄소를 배출시키는 주요 원인이라고 지적한 뒤 왜 비거니즘이 지구 온난화를 막는데 도움이 되는지 자세히 말해주고 있다.

Biases with vegetarianism and positive changes with becoming vegan

There still exists biases toward vegetarians and vegetarianism. People's common questions toward vegans include, "How can you get protein from vegetables?" or "You must get tired only eating grass."

Most people have biases about other types of diet — both plant based diet and meat based diet.

Wrong information could damage your body. First of all, calcium and protein from milk and meat are the things humans get from animals.

Peanut butter sandwich nutrition is the same as 3 eggs and 85g of meat. Also animal protein are left in the blood vessel for 6~7 hours while vegetarian diet make your average physical conditions better.

This information can be proven by the world's amazing athletes. After going on a vegan diet, American cyclist Dotsie Bausch lifted 136kg to 265kg to get a gold medal at 39 years of age and break the world record.

**Now, just try it.
It may bring a huge change in your life.**

shiny 빛나

The Advantages of Veganism for Our Earth

One of the causes of climate change is eating meat. The meats from cows, sheep and pigs make lots of methane gas. This is why we have to cut down on meat consumption. Could veganism be one of the best solutions to cut down CO2? Let's find out.

Animals naturally produce a lot of methane gas. People raise many animals for food. Raising animals for food produces even more methane gas. But when people go vegan, they can cut down the level of methane gas. Grass, which animals eat, absorbs carbon dioxide and produces oxygen. More vegan means the Earth can adsorb more carbon dioxide. More vegan means healthier Earth.

Lenon

멋진 연설문 써보기

다음은 연설문의 설득전략과 기승전결, 스토리라인을 분석하며 열심히 배운 것을 바탕으로 해서 우리의 주제를 포함하여 연설문을 써보았다. 비건을 생활화 해야하는 이유, 육식은 좋지만은 않다, 우리가 채식을 하지 않는 이유, 비건은 어려운 게 아니다라는 주제들로 연설문을 작성해 보았다. 연설문이라고 생각하고 적어서 그런지 조금이라도 잘못된 정보를 전달하면 안 될 거 같아서 맞는지 확인하고 계속 찾아보면서 작성한 거 같았다. 쓰면서 내가 '비건으로 기후변화를 줄이자'라는 우리 주제에 대해 갖고 있는 생각을 더 자세히 알 수 있었다.

이제 우리는 비건을 실생활화해야 합니다.

사람 한 명이 비건을 실생활화한다면 연간 감축되는 가스의 양은 **13,608 kg**이나 됩니다.

우리를 위해서 비건을 해야 하는 이유는 넘치고 넘쳤지만 우리는 지금까지 등돌린 채 육식을 하고 있었습니다.

허브 연설문 中

비건의 범위는 아주 넓기 때문에 우리는 생활 속에서 할 수 있는 아주 작은 것들부터 비건을 실천해나갈 수 있습니다.

하나의 신념을 강하게 만드는 것은 그렇게 작은 행동부터 천천히 늘려나가는 것입니다.

도비 연설문 中

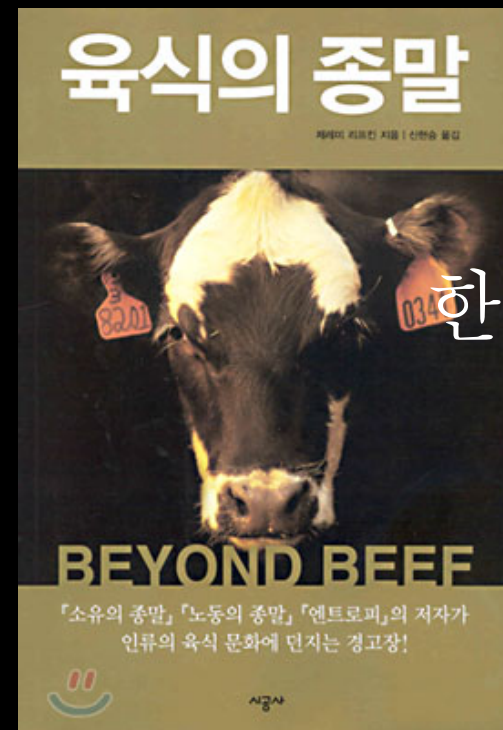
책과 다큐멘터리 속에서 얻은 지식들

먼저 아주 기본적이고 필수적인 지식들을 얻기 위해 우리 주제와 관련된 책들과 영상들을 찾아보았다.

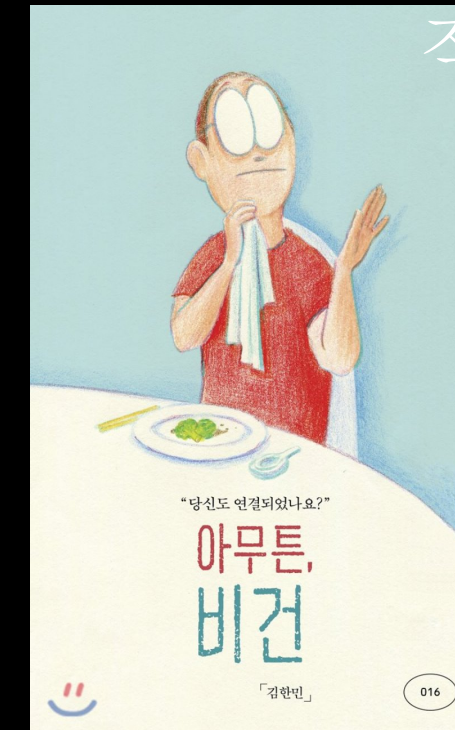
여러가지 선택지가 있었고 각자 읽고 싶은 책이 다 달라서 읽고 싶은 책을 읽고 독후감을 쓴 뒤 책의 간단한 내용과 느낀점을 같이 공유하기로 했다.

그래서 읽게 된 책은 육식의 종말, 아무튼 비건, 나의 비거니즘 만화였고 다큐멘터리는 카우스피라시, 도미니언, 더 게임 체인저스를 시청했다. 책과 다큐멘터리를 보며 우리가 모르고 있었던 육식과 채식에 대한 이야기를 알게 되었고 우리도 모르게 가지고 있었던 마음 속 편견을 바로 잡을 수 있는 기회를 얻었다. 또한 우리

주제에 대한 확신과 자신감이 생기고 이 문제가 정말 중요하고 빨리 변화해야 한다는 것을 깨닫게 되었다.



시간이 흘러 바뀐 정보가 조금 포함되어 있지만 우리가 알지 못했던 고기의 역사와 한 주제에 깊이 치중하며 이야기를 풀어나가는 책이다.



작가의 경험을 바탕으로 비건이란 개념을 알고 처음 접할 때 도움이 많이 되는 책이다.



육식을 둘러싸고 있는 조금은 불편한 이야기를 적나라하게 보여주는 다큐멘터리이다.



비건을 해서 상황이 나아진 여러 사람들을 보여주며 비건에 대한 편견을 바로 잡아주는 다큐멘터리이다.

채과 다큐멘터리 속에서 얻은 지식들- 비건의 편견, 장점, 사실

‘채식을 하면 단백질은 어디서 구해?’

아주 흔히 들을 수 있는 질문이다. 팀원 모두가 한번씩은 들어본 말이었다. '아무튼 비건'에서는 다 안다는 듯이 이 질문에 대해 제일 먼저 얘기한다. 단백질은 채소와 곡류를 통해 얼마든지 섭취할 수 있고 특히 콩 종류는 단백질 함유량에서 육류에게 절대 뒤처지지 않으며 대두의 경우에는 육류보다 **2**배이상 단백질을 포함하고 있다고 말이다. 그리고 놀랍게도 우리나라는 **70**대 이상을 제외한 전 연령이 단백질 권고량을 초과하고 있다고 한다.

‘채식만 해서는 건강할 수 없어’

사실 채식 위주의 식단이 건강에 좋다는 사실은 많은 과학적 연구로 통해 다 증명되었다. 현대인이 죽는 **15**가지 원인이 심장질환, 암, 당뇨 등이 있는데 이 중 **14**가지를 채식을 통해 회복할 수 있다고 한다. (나머지 하나는 교통 사고) 하지만 이러한 연구 결과가 한국에 널리 퍼지지 못하는 이유는 수 많은 거짓 뉴스와 기업들의 부풀린 광고 그리고 오로지 맛만 찾는 사람들 때문이라고 한다. 채식을 하면 건강해질 뿐만 아니라 강해지고 체력이 늘어난다. 더 게임 체인저스에서 만나본 많은 운동선수들이 이 문장에 대한 증인이다. 사이클 선수, 복싱 선수, 달리기 선수, 역도 선수 이 선수들은 모두 세계 기록을 세우거나 대회에서 우승을 차지한 선수들이다. 그리고 또한 채식을 하는 선수들이다. 사이클 선수는 채식을 시작하고부터 아령을 **136kg**에서 **256kg**을 들 수 있게 되고 모두가 은퇴할 **39**세에 나이에 대회에서 우승을 차지한다. 모두가 육식을 하는 복싱선수와 채식을 하는 복싱선수가 맞붙게 되었을 때 육식을 하는 선수의 승리를 예상했지만 결국 우승을 거둔 건 채식을 하는 선수였다. 이 사실들이 채식은 우리 몸을 건강하게 한다는 증거이다.

‘그럼 채식하면 다 건강해져?’

영양소 있게 섭취하지 못한다면 그게 육식이든 채식이든 잡식이든 건강해지지 못한다. 어떤 채식인지가 중요하다. 영양소 있게 골고루 맞추어진 채식이 우리의 몸을 건강하게 만들 수 있다. 또한 음식 말고도 환경, 스트레스 등 그 외에 것들이 건강에 관여할 가능성도 있다.

주변에서 비건을 실천하고 게시는 분들의 경험



인터넷이나 책으로만 얻기엔 우리가 알고 싶은 정보가 명확히 나오지도 않고 한계가 있을 거 같아 주변에서 비건을 실천하고 게시는 분들과 인터뷰를 진행해 보다 현실적이고 자세한 얘기를 들어보기로 결정했다. 그래서 팀원인 허브의 친구이자 2년 정도 비건을 실천하고 게시는 분과 인스타그램에 꾸준히 비건 요리와 비건에 대한 생각을 올리고 게시는 분과 그리고 마지막으로 완전 비건을 하고 게시는 게 아니라 가끔씩 비건을 실천하고 게시는 분과 인터뷰를 진행했다. 인터뷰를 요청하고 진행하는 과정에서 느낀 점은 비건에 대한 생각이 정말 깊고 진지하신 분들과의 인터뷰를 진행할 땐 나도 그 만큼의 지식과 애정이 있어야 한다는 것, 단순히 '인터뷰를 요청합니다'라고 말하는 것은 예의가 아니고 인터뷰가 왜 필요한지, 진행하는 의도는 뭔지, 진행하게 된 계기는 뭔지, 이 인터뷰가 어디에 사용될 것인지에 대한 내용이 담긴 인터뷰 기획서를 같이 보내드려야 우리의 의도를 파악하시고 좀 더 좋은 답변을 해주실 수 있다는 것 등을 배운 거 같다. 다른 상황에 게시는 세 분과의 인터뷰를 통해서 다른 나라의 비건 인식은 어떤지, 비건을 한다고 했을 때 각기 다른 주변 반응이나 하면서 힘들었거나 난처했던 점은 무엇이 있었는지 등 아주 다양한 이야기를 들을 수 있어 학습에 도움이 많이 된 거 같다.

Q. (생략) 한국의 비건 문화와 외국의 문화의 차이점이 있었다면 어떤 것들이었는지 알 수 있을까요?

**A. 외국에서는 (비건이) 저의 특징의 하나로 받아들여진다는게 엄청 자연스러웠고 ...
그게 뭔가 특별한 감정을 유발하지 않고 아무렇지 않다는게 저한테는 정말 큰 일이었습니다.**

@haru.began님과의 인터뷰 中

Q. 비건으로서 채식을 하며 느낀 장단점과 신체적, 심리적 변화는 무엇이 있는지 말씀해주세요.

지금의 이르러서는, 저에게 있어서 비건의 단점은 없습니다. 예전엔 비건의 단점이 맛있는 음식들을 못먹는 거라고 생각했는데 오히려 비건을 하면서 많은 음식들을 알게되었어요. 마음의 변화는 생명을 대하는 자세가 달라진 거 같아요.

이재우님과의 인터뷰 中

야 우리도 다큐 만들 수 있어!



우리가 학습한 것을 다시 정리해보고 우리 같이 아무 지식도 없었던 사람들에게 조금의 도움이라도 되기 위해 다큐멘터리를 제작하기로 결정했다. 지금까지 학습해 온 것들을 위주로 시나리오를 짜고 우리의 위치에서 최대한 할 수 있을 만큼의 연출을 생각해냈다. 또한 이 다큐멘터리로 사람들에게 비건을 알리고 권유해보려면 우리가 직접 비건을 실천하는 영상을 담아 설득력과 신뢰감을 높여야 한다고 생각했다. 그래서 한 달 동안 채소와 과일만 먹는 완전 비건을 실천했다. 물론 유제품이 워낙 우리의 일상 속에 가까이 있기 때문에 실수로 먹거나 초반에는 너무 참기가 힘들어 조금씩 먹은 적이 있지만 후반으로 갈 수록 잘 적응해서 마지막엔 진짜 채소와 과일만 먹었다. 다큐멘터리에 넣기 위해 우리가 이렇게 실패하고 잘 실천하는 모습을 모두 영상으로 남겨놓았다. 또한 다큐멘터리의 마지막 장면에 나올 우리가 우리에게 하는 인터뷰 장면을 위해 그 때의 감정을 기억하도록 도움을 주고자 자주 일기를 쓰고 그 날 먹은 것과 감정들을 기록했다. 우리가 우리에게 하는 인터뷰와 더불어 앞서 말한 주변 분들과 진행한 인터뷰 영상도 다큐멘터리에 들어갈 예정이다.

자세한 것은 시간이 지나면 완성될 다큐멘터리에서 봐주세요...

📄 [영상 링크](#)

📄 [으악 도비다](#)

📄 [빛나 찌스토리](#)

📄 [허브으스트으—토리 |](#)

📄 [최종 스토리](#)

S#5

S#5 최종스토리

다시 고민한다 육식을 줄일수있는 방법을 다시 고민하다가 배양육이라는 방법을 찾게되었다. 근데 배양육은 아직 개발도 덜된상태이고 현실적으로 10년안에 육식을 줄여야 하기에 배양육은 불가능하다고 생각했다.

그래서 우리주변에 가장 가까이 있는 방법인 채식을하기로 결정했다.-(채식으로 한 이유, 근거,비건이란 무엇인지,비건하시는분들 인터뷰 영상,다큐시청한 영상)

근데 우리가 프로젝트 기간도 그렇고 오랫동안 비건을 하기에는 무리가 있었다. 그래서 주변에 비건하시는 분들과 얘기도 해보고 우리끼리도 얘기를 해본결과 한달동안 비건을 해보자 라는 결론이 나옴.

나레이션:고민했습니다. 이걸 어떻게 하면 줄을까. 그러다가 육식의 반대인 채식을 생각했습니다. 비건 말입니다. 비건을 실천하면 육식수요가 줄어들테고 따라서 생산과 공급도 줄어들테니까요. 그 때부터 육식의 심각성을 알리고 비건으로 기후변화를 줄이자는 저희의 구체적인 주제가 잡혀나가기 시작했습니다. 또한, 권유라도 해보려면 직접 실천해봐야 한다고 생각했기에 1달 완전 비건을 목표로 비건 생활을 시작했습니다.

이야~_~ 끝이다

빛나

허브

레넌

도비

아유 너무 힘들어서 진짜 힘들어요.
그래도 하는 동안 너무 뿌듯했습니당.
열심히 한 건지, 잘 한게 맞는지 조금 헛갈리는 걸 보니
제가 중간에 열심히 잘 안한 거 같아 마음이 찢립니다.
왜 항상 끝나려고 하면 마음이 이러는지 모르겠네요. 아휴.