



# Student / strikt vegetarian: vegan

## Peter Robinson

Ålder: 26

Status: Sambo

Bostad: Linköping

Personlighetsdrag: Social, engagerad

Peter studerar på LIU till ekolog. Han gör en master 'Ecology and the Environment'. Han är väldigt intresserad av att hur vi skyddar naturen och utvecklingen av samhället på ett hållbart sätt. Det betyder också att vara vegetarian för honom. Nästan tio år har han varit vegetarian. Han tycker om att vara ute i naturen och promenera. Han bryr sig mycket om att ha en hälsosam livsstil. Han håller koll på vad han äter och inte äter, tar tid på sig att köpa mat och laga sin mat. Han vill helst äta biologiska, naturliga varor. Aldrig skulle han äta 'fastfood' på McDonalds. Han är social och engagerad. Han tycker om att resa och upptäcka andra kulturer. Han tycker även om att bjuda in vänner och laga vegetarisk mat. Flera av sina vänner är också vegetarianer. Han tycker om att tipsa andra om en ny-öppnad vegetarisk restaurang eller receptbok. Dessutom är han inte rädd för att dela sina åsikter. Han besöker ofta läsningar eller debattkvällar kring saker som bioindustrin. Förra året har han även hjälpt till med att organisera en lokal protest mot ett nytt, stort slakteri.

### Mål

Vill förbättra sig själv och andra (övertyga andra att bli vegetarianer), att alla lever på ett ekologiskt och hälsosamt sätt.

### Känslor för vegetarisk mat

Han har starka värderingar när det gäller vem som är en riktig vegetarian. Han är en vegan och man borde inte äta någon djurrelaterad produkt. Han är även kritisk till produkter som är vegetariska men som liknar kött. Han är jättekänslig när det gäller djur och naturen. De som äter kött förstör den naturliga balansen/naturens livscykel. Han tycker inte om massproduktion (särskilt matproduktion/jordbruk).

### Tittar/lyssnar på

Dokumentärer om naturen och andra kulturer och Al Gores film "*An Inconvenient Truth*" har varit en stor inspiration. Hans favoritmusikalalbum är "*Meat is Murder*" by the Smiths.

### Dator/internetvanor

Har en gammal dator, tror inte på Apple-hyphen. Han använder datorn för skolan, gör research. Han vill gärna ha en stor mobil

### Hans problem

Han skulle helst plocka grönsaker själv hos en bonde. Det är viktigt för honom att alltid veta var produkter härstammar ifrån (lokalt, superfärskt, används det besprutningsmedel). Det är svårt att hitta den typen av information när man köper vegetarisk mat online, tycker han. Det svårt att få den typen av info när han nu försöker köpa en matkasse.

## Citat:

“ *De som äter kött är mördare. De mördar naturen.* ”

# ANNA / Småbarnsförälder (flexitarian)

**Ålder:** 43

**Sysselsättning:** psykolog

**Bostad:** Björnhullt (utanför  
Oskarshamn)



**“Jag tycker att alla åtminstone borde äta vegetariskt en gång i veckan.”**

## Dator/internetvanor

Hon har ett stort intresse av att läsa om psykologi (nyheter/undersökningar kring hennes yrke), hon använder mobil och padda mest för att surfa och läsa tidningen. Hon gillar Apple som brand.



## Mål

- . Att hjälpa människor med psykologiska problem
- . Att bidra till ett bättre klimat genom att vara flexibel vegetarian
- . Att någon gång resa till kulturstäder som Florence och Rom med familjen

## Bio

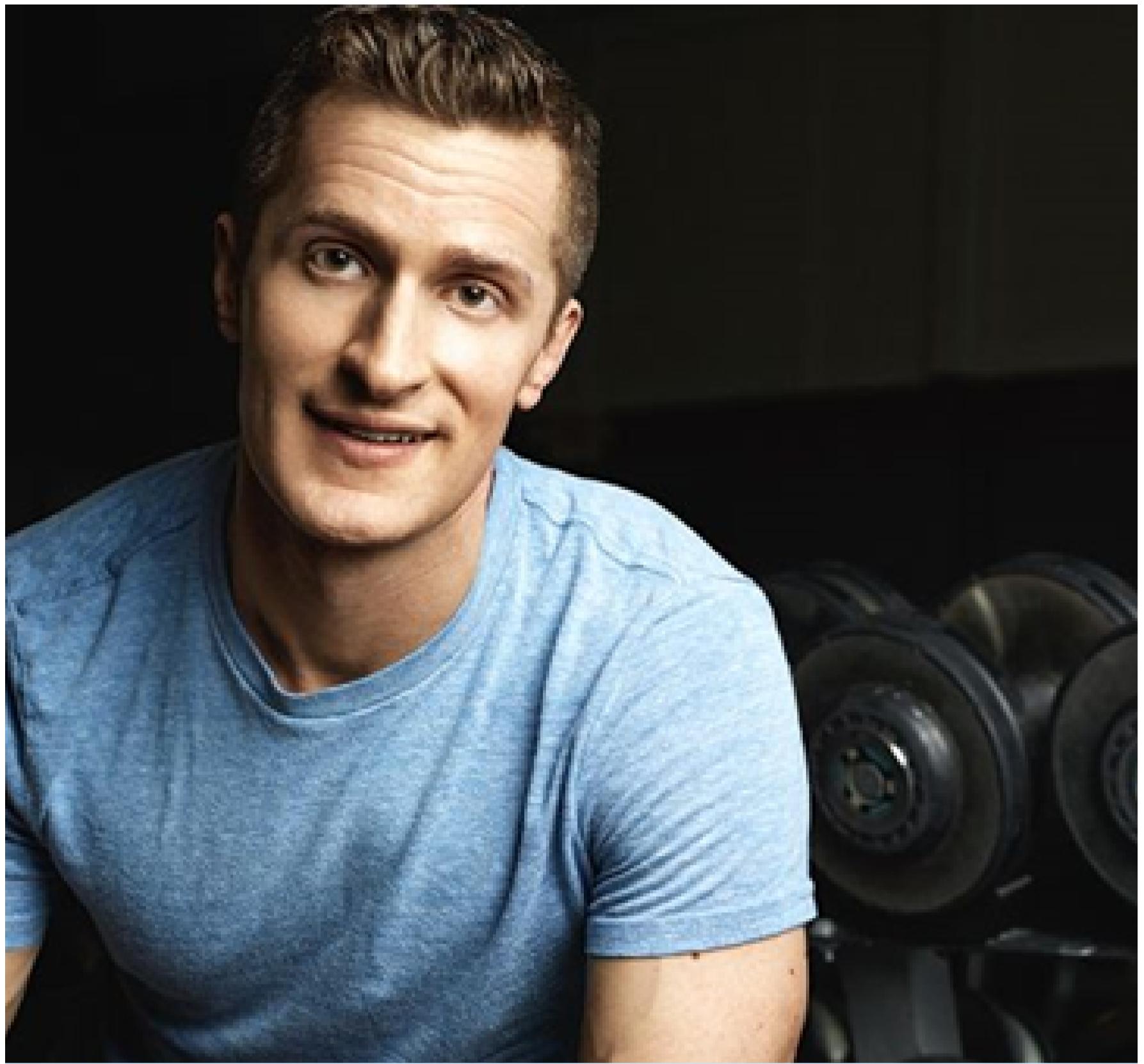
Anna är gift och har två småbarn (5 och 8). Hon är 43 år och bor i en villa i en by utanför en medelstor stad. Det är en lugn by, med hennes liv är inte alls lugnt. Hon jobbar heltid som psykolog och hennes man är tandläkare med egen praktik. Det är därför varje dag en strid i familjen hur de ska få fram middag. Hon tycker att hennes barn måste äta en nyttig, hälsosam mat. Hon och hennes man tycker båda om att laga mat på helgen. Men under veckan blir det dock för ofta pasta och köttbullar eller pizza för att hinna med allt. Hon har dock som grundprincip att inte äta kött minst en gång i veckan. Hon bryr sig om naturen/klimatet och omvärlden, men har nuförtiden inte så mycket tid att följa trender. En sak hon tycker är viktigt är att i alla fall en gång i veckan äta vegetariskt. Hon är intresserad av sitt jobb, bryr sig om andra människor och vill att andra mår bra. Hon tycker inte om att sätta gränser och är noggrann med vad hon säger.

## Hennes problem

Tid. Att köpa mat och planera allt. Hon tycker att det är svårt att hitta på nya vegetariska recept som hennes barn gillar. De vill helst äta köttbullar med pasta. Det är svårt att intressera dem för att bara äta grönsaker. Det är svårt att hitta köttersättare som liknar köttbullar.

## Drivkrafter/känslor för vegetarisk mat

Hon är flexibel vegetarian. Den ena veckan blir det en gång vegetarisk mat, den andra kanske två eller fler. Hon vill bidra till en bättre värld, men är inte en fanatisk person. Alla borde kunna vara vegetarianer på sitt eget sätt. Klimatet är ett viktigt skäl för henne. Ju mindre kött ju färre utsläpp. Hon går dock inte runt och läxar upp andra. Hennes barn får göra sina egna val i livet. Om de någon gång vill äta på McDonalds kommer hon inte säga nej. Hon skulle dock gärna intressera dem mer för vegetarisk mat.



## Entreprenör (Pescetarian)

**“Att äta vegetariskt är bäst för hälsan och jag anser att alla borde testa det.”**

### Hans problem

Han har låg tid varje dag då han spenderar all sin tid på sin firma eller på gymmet. Han har svårt att göra sina egna måltider och önskar att det fanns snabbmat fast nyttigt för sin lunch och middag

### Dator/internetvana

Han använder internet mest för att läsa nyheter på sin mobiltelefon då han inte har mycket tid att spendera på annat, inte en hög vana men kan navigera hemsidor.

### Personlig info

**Namn:** Anders

**Ålder:** 35 år

**Sysselsättning:** Gymma och arbeta på sin firma

**Bostad:** Norrköping centralt

### Bio

**Profil:** Anders äger en liten byggfirma i Norrköping. Han vill hålla fysiken uppe så han äter bara fisk och vegetariska rätter. Han bryr sig inte lika mycket om den moraliska frågan om djur men anser att det är nyttigare för honom och är en bra diet. Han har varit en pescetarian i 6 år, han gymmar 4 dagar i veckan och spenderar resterande tid med firman. Han äter aldrig snabbmat eller onyttig mat då han vill hålla sin fysik uppe för både arbetet och för sig själv.

### Mål

- Förbättra sin fysik
- Bygga upp sin firma
- Äta hälsosamt

### Drivkrafter/känslor för vegetarisk mat

Han äter enbart fisk och vegetarisk mat då det är vad han anser är enklast och smidigast för att hålla uppe sin fysik men han bryr sig inte lika mycket om den moraliska frågan. Om vänner och kollegor frågar han om diettips anser han att det här är den bästa dieten och det är vad han säger till alla. Han äter aldrig snabbmat eller fuskar på sin diet.



**NYHET!**