

Resurssiviisas kansalainen

Tutkimuksen osaraportti: ruokaan ja ravintoon liittyvät tulokset

5.7.2017

Kantar TNS
Jaakko Hyry

220108279

Sisältö

1	Tutkimuksen toteutus, sisältö ja aineiston rakenne	03
2	Aiheeseen liittyvät taustatiedot	07
3	Ruokaan liittyvät asenteet	11
4	Asioiden tärkeys ja toteutuminen jokapäiväisessä elämässä	17

1

Tutkimuksen toteutus, sisältö ja aineiston rakenne

Tutkimuksen tarkoitus ja toteutus

Sitran Resurssiviisas kansalainen -avainalueen tehtävänä on edistää muutosta kohti kestävämpää elämää. Tähän pyritään kahta tietä, innostamalla suomalaisia tekemään kestäviä valintoja arjessa ja auttamaan yrityksiä kehittämään kilpailukykyisiä tuotteita ja palveluita.

- Sitran Resurssiviisas kansalainen tutkimus kartoitti suomalaisten asenteita ja tekoja, jotka liittyvät kestäväan kuluttamiseen ja kestäviin valintoihin.
- Tutkimus toteutettiin TNS Gallupin Forum paneelissa, jossa on n. 40.000 vastaajaa käytettäväksi erilaisia tutkimusotantoja varten.
- Tutkimuksen aineisto edustaa Suomen 18-79-vuotiasta väestöä.
- Kysely toteutettiin 21. - 28.4. 2017 välisenä aikana.
- Tutkimukseen vastasi 2052 väestöä edustavaa henkilöä.
- Kysymyksiin vastaaminen kesti n. 14 minuuttia. Tulosten luottamusväli on kokonaistuloksen osalta +- 2,2 % -yksikköä 50% tulostasolla ja 1,3 % -yksikköä 10% tai 90% tulostasolla (95% luottamusväli).
- Tutkimusaineisto on oikaistu vastaajien sukupuolen, iän ja asuinalueen mukaan vastaamaan kohdejoukon väestötietoja.
- Tämä osaraportti sisältää ruokaan ja ravintoon liittyviä tuloksia

Tutkimuksen sisältö

Aihealueet

1. Aiheeseen liittyvät taustatiedot

- Sukupuoli, ikä, asuinalue
- Ruokailutottumukset (syökö punaista lihaa, onko vegaani / kasvissyöjä)
- Tyytyväisyys elämään
- Elämän arvokkaaksi kokeminen

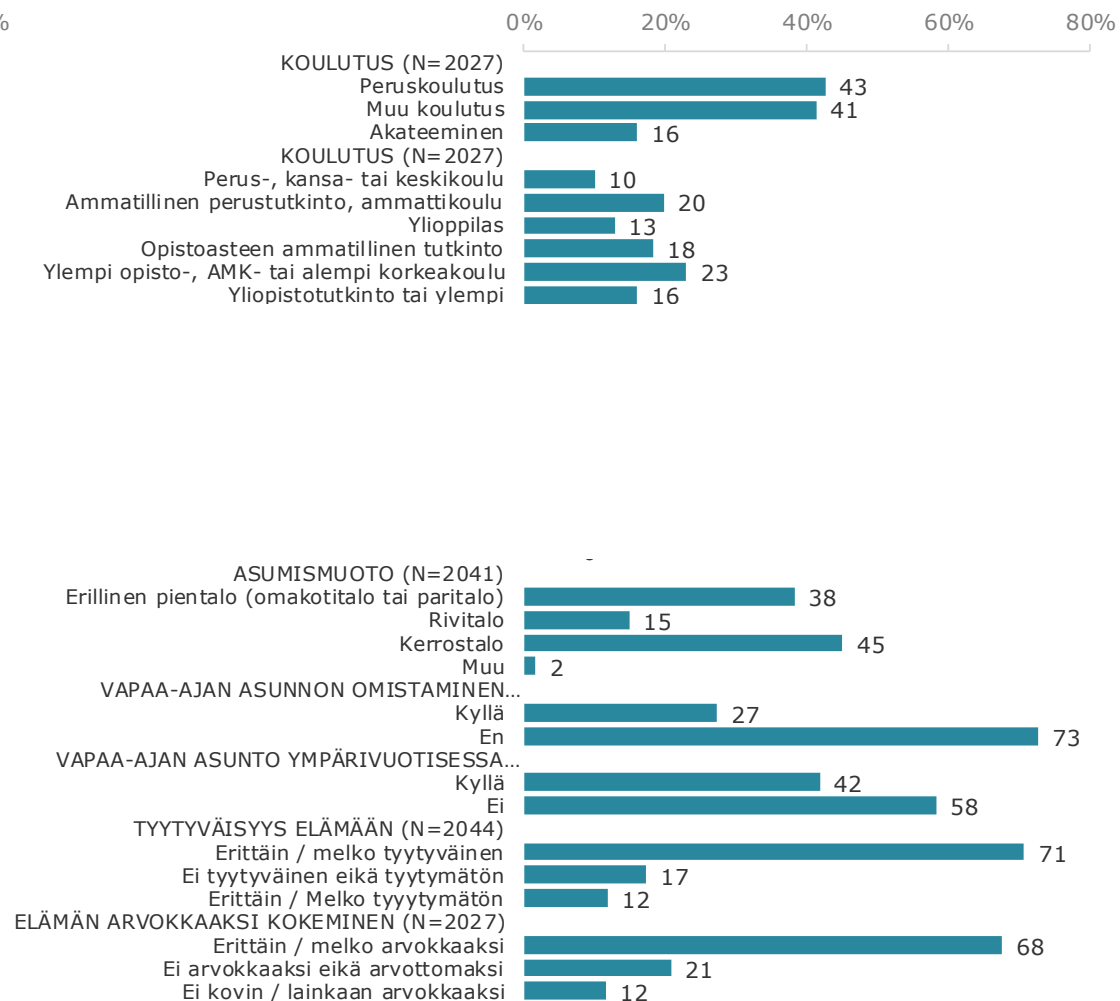
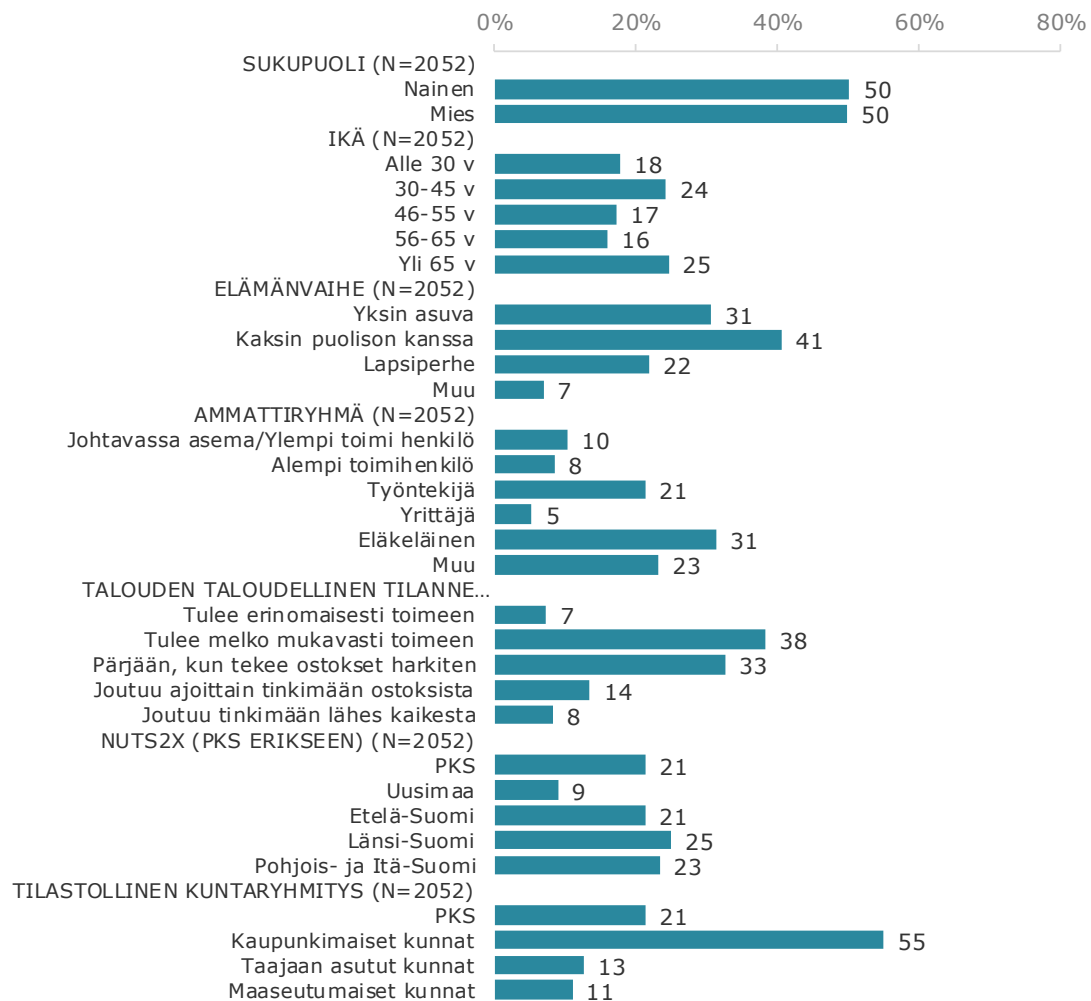
2. Kuluttamiseen ja kestäviin valintoihin esitetyt väittämät

Kuinka samaa tai eri mieltä on esitettyjen väittämien kanssa liittyen

3. Kuluttamiseen ja kestäviin valintoihin liittyvien asioiden toteutuminen omassa elämässä

4. Kuluttamiseen ja kestäviin valintoihin liittyvien asioiden tärkeys omassa elämässä

Aineiston rakenne



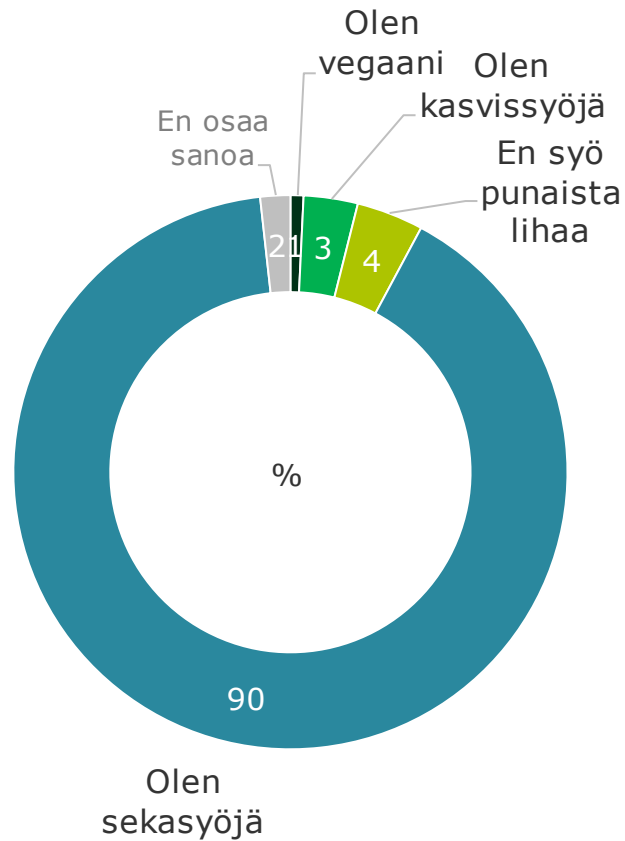
2

Aiheeseen liittyvät taustatiedot

Ravintotottumukset

Mikä seuraavista pitää parhaiten paikkansa kohdallasi?

Total (n=2052)



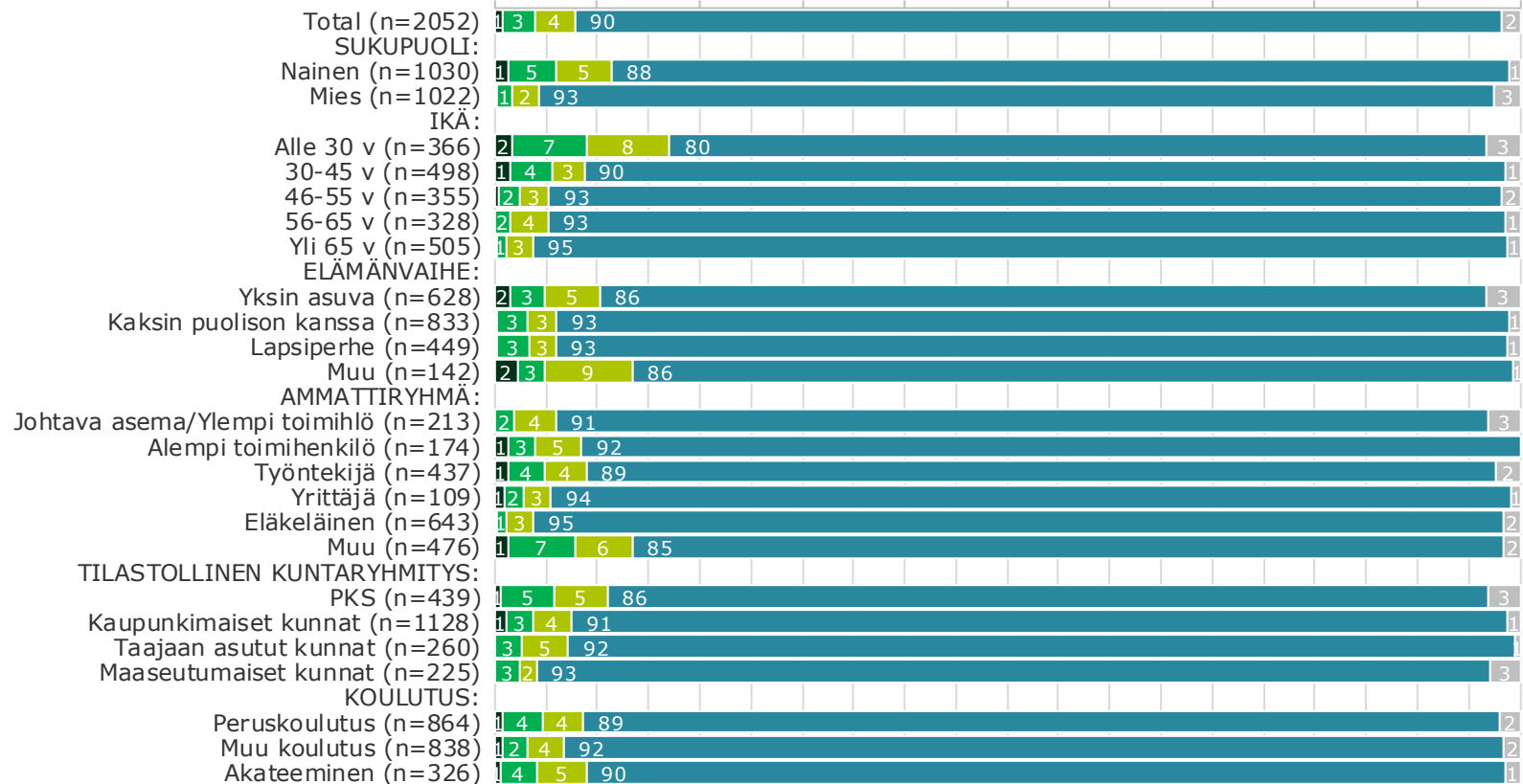
Niitä, jotka ovat oman arvionsa mukaan ovat vegaaneja, kasvissyöjiä tai eivät syö punaista lihaa on yhteensä 8% suomalaisesta aktiiviväestöstä.

Vastaajista 90% ilmoittaa olevansa sekasyöjiä.

Ravintotottumukset

Mikä seuraavista pitää parhaiten paikkansa kohdallasi?

Total (n=2052) 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%



■ Olen vegaani ■ Olen kasvissyöjä ■ En syö punaista lihaa ■ Olen sekasyöjä ■ En osaa sanoa

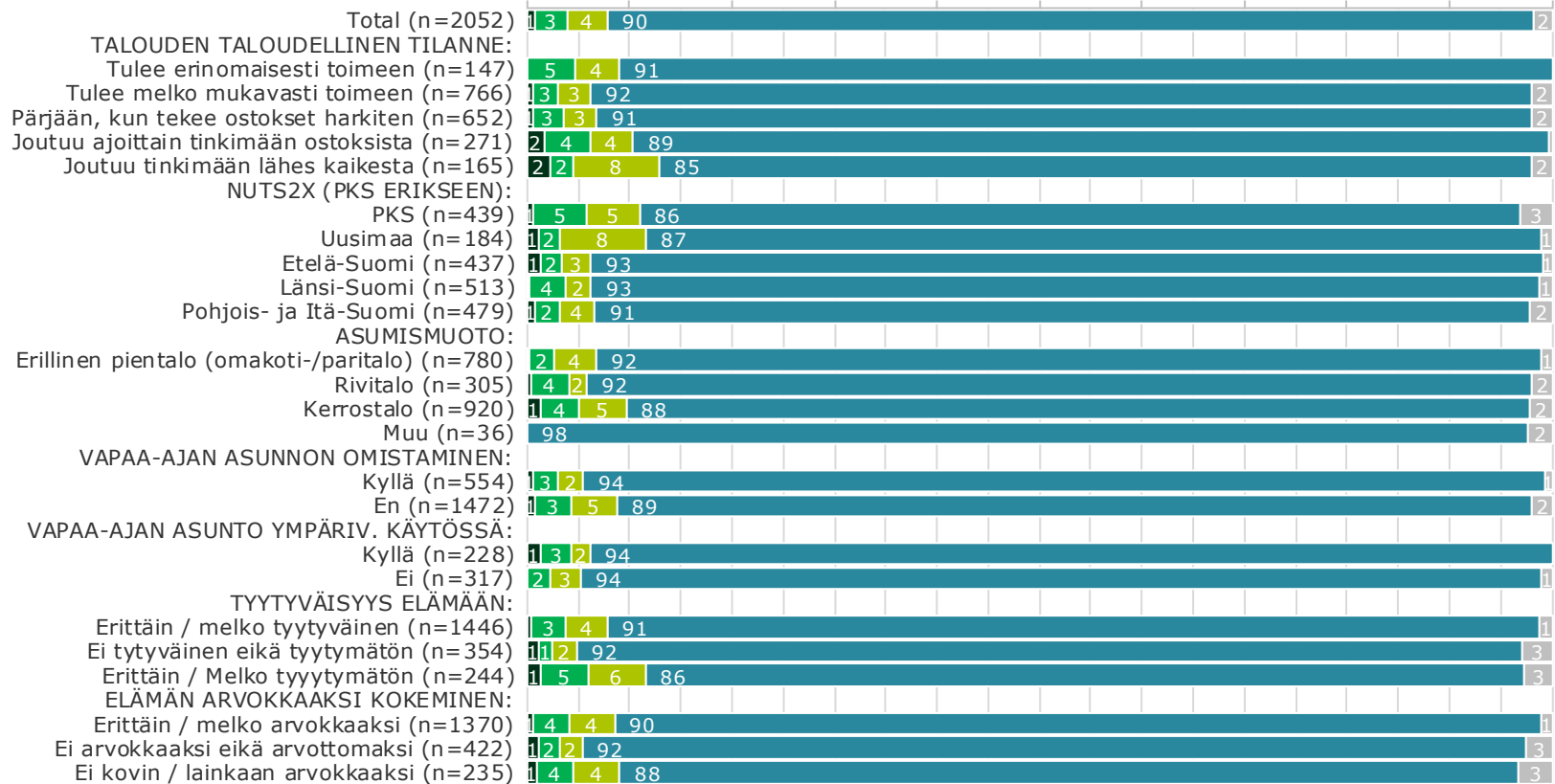
Niitä, jotka ovat oman arvionsa mukaan vegaaneja, kasvissyöjiä tai eivät syö punaista lihaa on eniten alle 30 –vuotiaiden keskuudessa ja pääkaupunkiseudulla enemmän kuin muualla maassa.

Myös naisista kuuluu tähän ryhmään selvästi suurempi osa kuin miehistä.

Ravintotottumukset

Mikä seuraavista pitää parhaiten paikkansa kohdallasi?

Total (n=2052) 0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%



Niitä, jotka ovat oman arvionsa mukaan vegaaneja, kasvissyöjiä tai eivät syö punaista lihaa on suurempi osa pääkaupunkiseudun ja Uudenmaan asukkaista (11%) kuin muualla Suomessa asuvista (6%).

■ Olen vegani ■ Olen kasvissyöjä ■ En syö punaista lihaa ■ Olen sekasyöjä ■ En osaa sanoa

3

Ruokaan liittyvät asenteet

Ympäristöön ja resurssiviisaaseen elämään liittyvät asenteet – ruoka

RUOKAAN LIITTYVÄT ASEENTEET

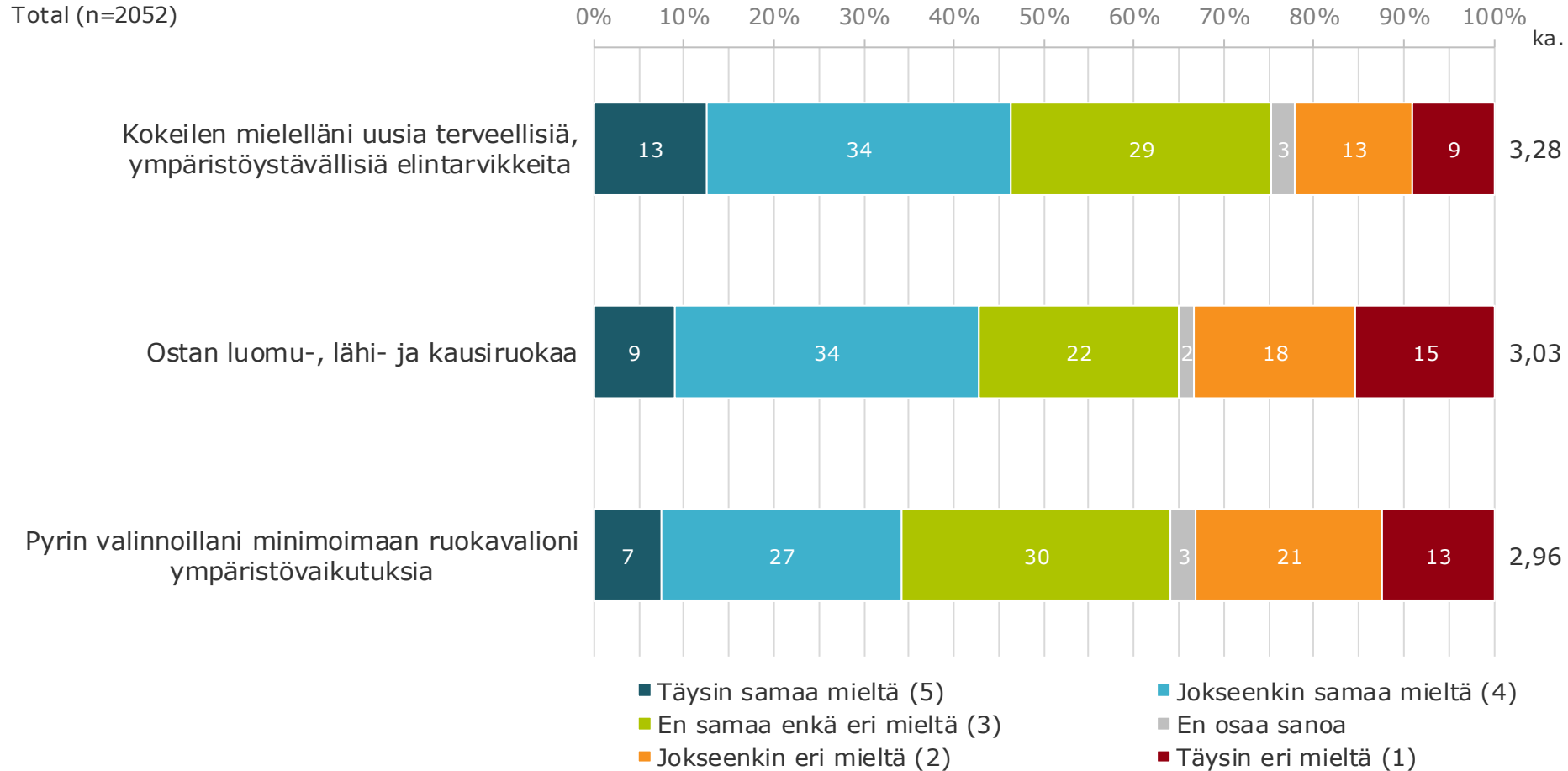
Hieman alle puolet vastanneista (47%) ilmoittaa kokeilevansa mielellään uusia, terveellisiä ja ympäristöystävällisiä elintarvikkeita. Luomu-, lähi- tai kausiruokaa ilmoittaa ostavansa 43% vastanneista, kolmannes ei oman ilmoituksensa perusteella toimi näin. Noin kolmannes (34%) pyrkii minimoimaan ruokavalionsa ympäristövaikutuksia, sama osuus vastaajista ei oman arvionsa mukaan tee tätä.

Mielipiteet väittämistä

RUOKA:

Arvioi seuraavassa kuinka samaa tai eri mieltä olet esitetyn väitteen kanssa.

Total (n=2052)



Hieman alle puolet (47%) ilmoittaa kokeilevansa mielellään uusia, terveellisiä ja ympäristöystävällisiä elintarvikkeita.

Luomu-, lähi- tai kausiruokaa ilmoittaa ostavansa 43% vastanneista, kolmannes ei toimi näin.

Hieman yli kolmannes (34%) pyrkii minimoimaan ruokavalionsa ympäristövaikutuksia, sama osuus ei oman arvionsa mukaan tee tätä.

Mielipiteet väittämistä

	Total (n=2052)	SUKUPUOLI:		IKÄ:					ELÄMÄNVAIHE:				
		Nainen (n=1030)	Mies (n=1022)	Alle 30 v (n=366)	30-45 v (n=498)	46-55 v (n=355)	56-65 v (n=328)	Yli 65 v (n=505)	Yksin asuva (n=628)	Kaksin puolison kanssa (n=833)	Lapsiper- he (n=449)	Muu (n=142)	
MIELIPIDE Ero koko aineiston keskiarvoon (skaala 1-5)													
RUOKA													
Kokeilen mielelläni uusia terveellisiä, ympäristöystävällisiä elintarvikkeita	3,28	3,52	3,05	3,36	3,32	3,19	3,21	3,30	3,21	3,28	3,27	3,67	
Ostan luomu-, lähi- ja kausiruokaa	3,03	3,24	2,81	3,00	2,95	2,95	3,10	3,14	2,90	3,08	3,06	3,23	
Pyrin valinnoillani minimoimaan ruokavalioni ympäristövaikutuksia	2,96	3,17	2,74	2,93	2,81	2,81	3,01	3,20	2,92	3,06	2,81	3,06	

Mielipiteet väittämistä

	Total (n=2052)	AMMATTIRYHMÄ:						TILASTOLLINEN KUNTARYHMITYS:				KOULUTUS:		
		Johtava asema/Yl empi toimihlö (n=213)	Alempi toimihlö (n=174)	Työntekijä (n=437)	Yrittäjä (n=109)	Eläkeläin en (n=643)	Muu (n=476)	PKS (n=439)	Kaupunki maiset kunnat (n=1128)	Taajaan asutut kunnat (n=260)	Maaseutu maiset kunnat (n=225)	Peruskou lutus (n=864)	Muu koulutus (n=838)	Akateemi nen (n=326)
MIELIPIIDE Ero koko aineiston keskiarvoon (skaala 1-5)														
RUOKA														
Kokeilen mielelläni uusia terveellisiä, ympäristöystävällisiä elintarvikkeita	3,28	3,29	3,25	3,25	3,41	3,21	3,40	3,32	3,30	3,32	3,10	3,22	3,34	3,33
Ostan luomu-, lähi- ja kausiruokaa	3,03	3,02	3,28	2,92	3,37	3,01	3,00	3,00	3,00	3,18	3,05	2,89	3,12	3,17
Pyrin valinnoillani minimoimaan ruokavalioni ympäristövaikutuksia	2,96	2,82	3,01	2,84	3,17	3,10	2,88	2,99	2,93	3,02	3,00	2,85	3,05	3,04

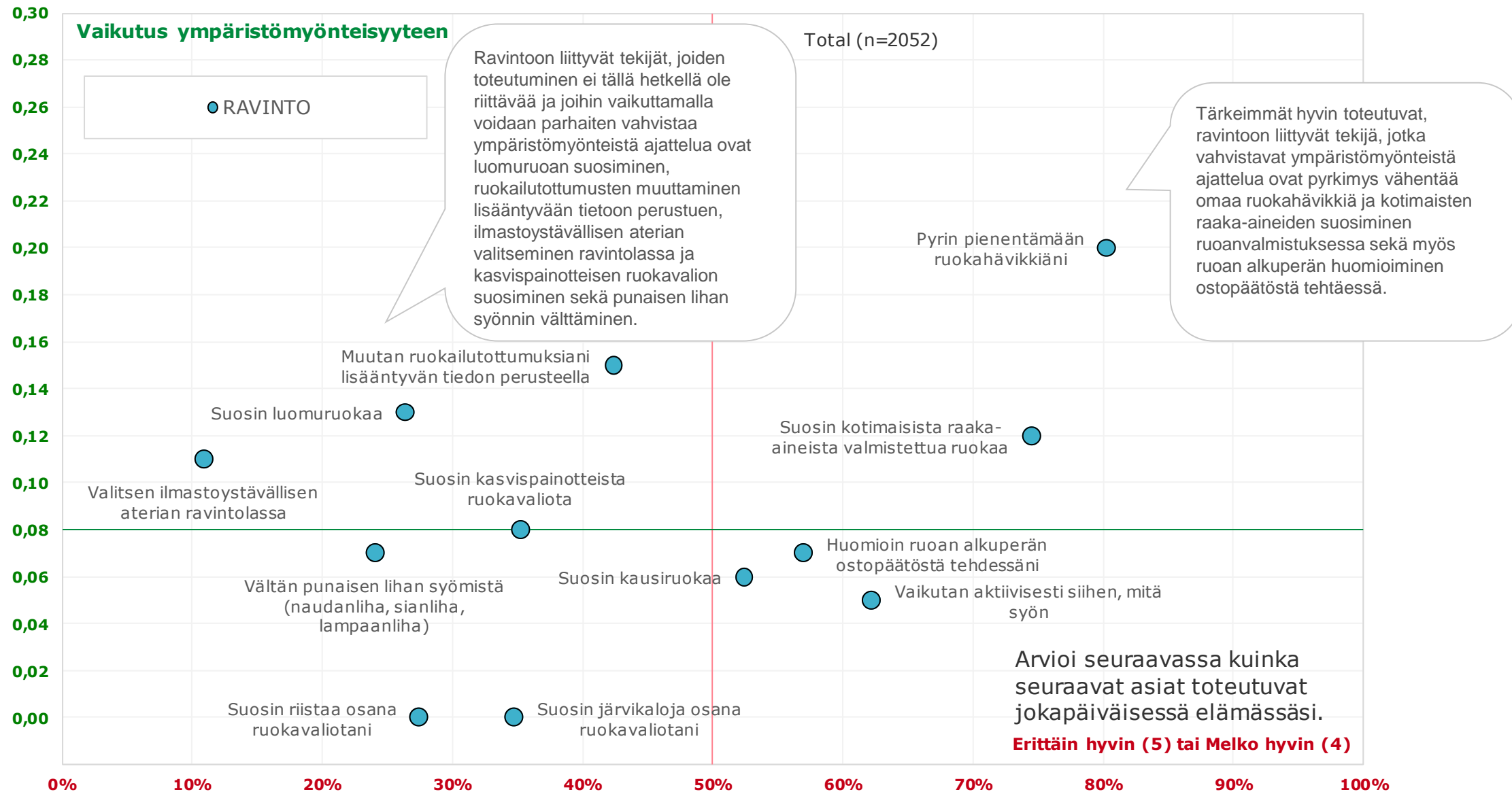
Mielipiteet väittämistä

MIELIPIIDE Ero koko aineiston keskiarvoon (skaala 1-5)	TALouden TALOUDELLINEN TILANNE:						NUTS2X (PKS ERIKSEEN):					ASUMISMUOTO:			
	Total (n=2052)	Tulee erinomaisesti toimeen (n=147)	Tulee melko mukavasti toimeen (n=766)	Pärjään, kun tekee ostokset harkiten (n=652)	Joutuu ajoittain tinkimään ostoksista (n=271)	Joutuu tinkimään lähes kaikesta (n=165)	PKS (n=439)	Uusimaa (n=184)	Etelä-Suomi (n=437)	Länsi-Suomi (n=513)	Pohjois- ja Itä-Suomi (n=479)	Erillinen pientalo (omakoti-/paritalo) (n=780)	Rivitalo (n=305)	Kerrostalo (n=920)	Muu (n=36)
RUOKA															
Kokeilen mielelläni uusia terveellisiä, ympäristöystävällisiä elintarvikkeita	3,28	3,27	3,38	3,30	3,20	2,98	3,32	3,41	3,23	3,31	3,22	3,29	3,14	3,33	3,25
Ostan luomu-, lähi- ja kausiruokaa	3,03	3,09	3,15	3,05	2,92	2,59	3,00	3,24	3,02	3,02	3,00	3,16	2,95	2,94	3,08
Pyrin valinnoillani minimoimaan ruokavalioni ympäristövaikutuksia	2,96	3,08	3,00	2,99	2,81	2,83	2,99	3,04	2,95	2,97	2,90	2,98	2,93	2,96	2,67

4

Asioiden tärkeys ja toteutuminen jokapäiväisessä elämässä

Ravinto, eri tekijöiden toteutuminen ja vaikutus ympäristömyönteisyyteen



Tärkeys ja toteutuminen

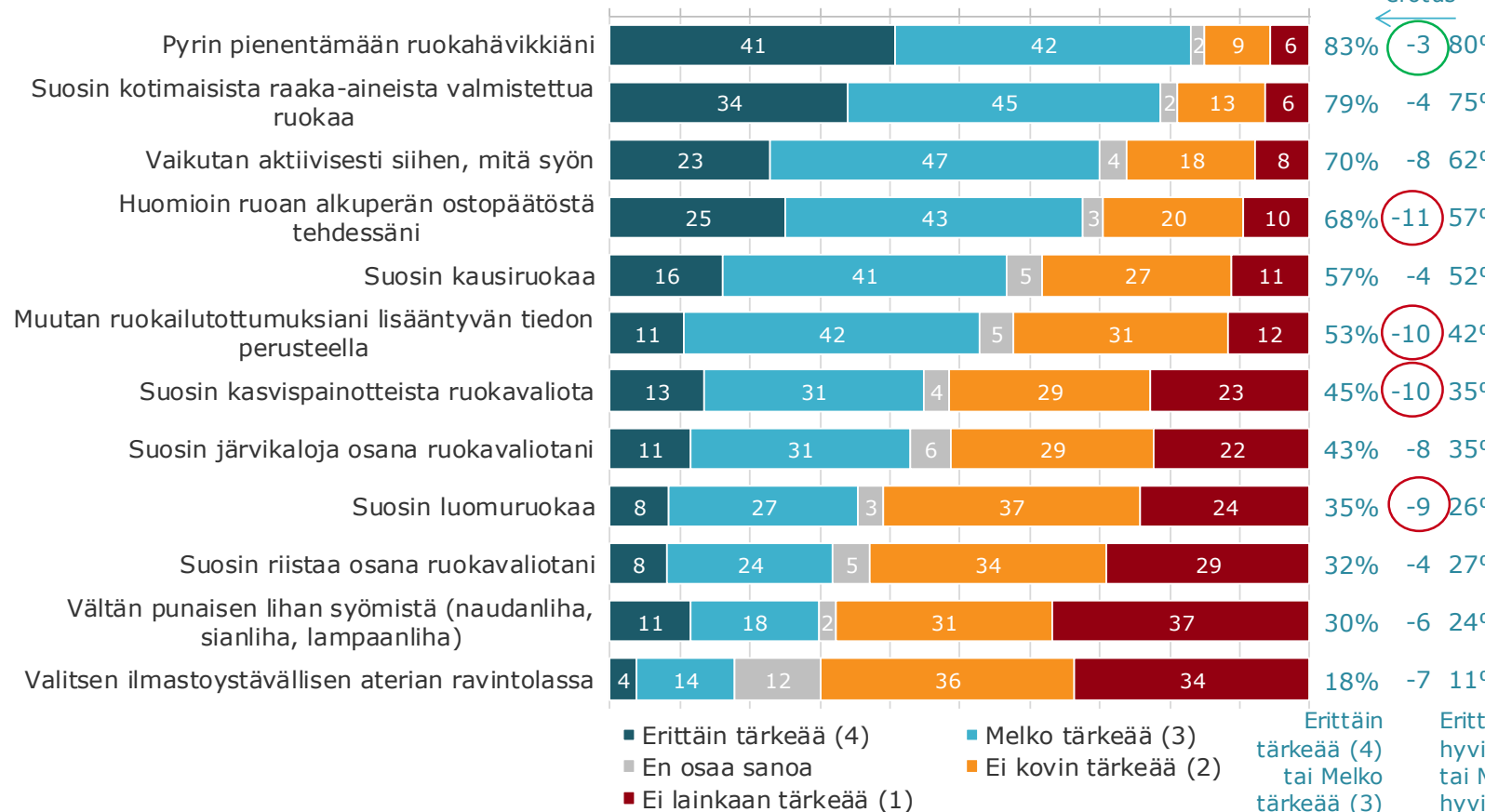
Ravintoon liittyvissä asioissa ruokahävikin pienentämisen ilmaistu tärkeys ja asian toteutuminen omassa elämässä ovat parhaiten tasapainossa eri tutkituista tekijöistä. Ristiriita asian koetun tärkeyden ja sen toteuttamisen välillä on suurin ruoan alkuperän huomioimisessa, ruokailutottumusten muuttamisessa tietoon perustuen, kasvispainotteisen ruokavalion suosimisessa sekä luomuruoan suosimisessa.

RAVINTO:

Arvioi seuraavassa kuinka tärkeitä seuraavat ravintoon liittyvät asiat ovat itsellesi.

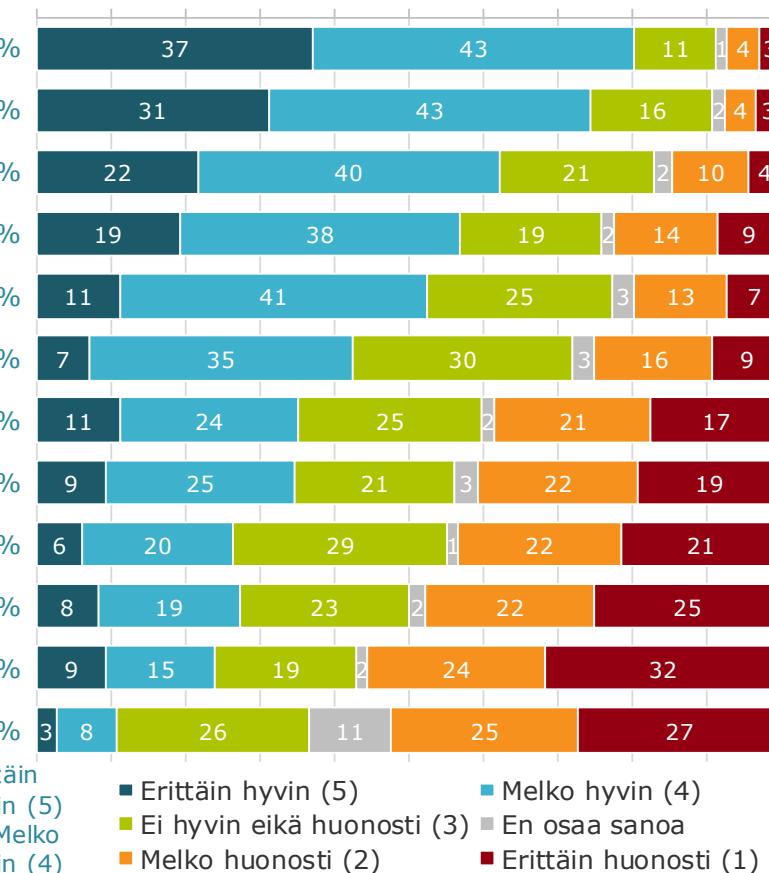
Total (n=2052)

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%



Arvioi seuraavassa kuinka seuraavat ravintoon liittyvät asiat toteutuvat jokapäiväisessä elämässäsi.

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%



erotus

Erittäin tärkeää (4) tai Melko tärkeää (3)

Erittäin hyvin (5) tai Melko hyvin (4)

Toteutuminen

	Total (n=2052)	SUKUPUOLI:		IKÄ:					ELÄMÄNVAIHE:			
		Nainen (n=1030)	Mies (n=1022)	Alle 30 v (n=366)	30-45 v (n=498)	46-55 v (n=355)	56-65 v (n=328)	Yli 65 v (n=505)	Yksin asuva (n=628)	Kaksin puolison kanssa (n=833)	Lapsiper he (n=449)	Muu (n=142)
TOTEUTUMINEN												
Ero koko aineiston keskiarvoon (skaala 1-5)												
RAVINTO												
Pyrin pienentämään ruokahävikkiäni	4,09	4,22	3,95	3,91	4,07	4,08	4,13	4,21	4,03	4,12	4,09	4,20
Suosin kotimaisista raaka-aineista valmistettua ruokaa	3,96	4,10	3,82	3,67	3,95	3,94	4,05	4,15	3,83	4,03	4,04	3,91
Vaikutan aktiivisesti siihen, mitä syön	3,67	3,82	3,52	3,56	3,73	3,62	3,65	3,73	3,58	3,69	3,74	3,71
Huomioin ruoan alkuperän ostopäätöstä tehdessäni	3,46	3,66	3,27	3,22	3,46	3,37	3,52	3,66	3,36	3,51	3,52	3,49
Suosin kausiruokaa	3,38	3,67	3,08	3,28	3,33	3,33	3,43	3,50	3,20	3,48	3,41	3,51
Muutan ruokailutottumuksiani lisääntyvän tiedon perusteella	3,16	3,34	2,97	3,17	3,09	3,06	3,16	3,29	3,09	3,21	3,10	3,33
Suosin kasvispainotteista ruokavaliota	2,90	3,20	2,60	3,07	2,72	2,75	2,85	3,12	2,91	2,95	2,73	3,18
Suosin järvikalaja osana ruokavaliotani	2,84	2,78	2,89	2,57	2,51	2,60	3,14	3,30	2,62	3,06	2,68	2,94
Suosin luomuruokaa	2,67	2,86	2,48	2,77	2,54	2,53	2,72	2,82	2,58	2,73	2,55	3,12
Suosin riistaa osana ruokavaliotani	2,62	2,47	2,77	2,58	2,63	2,60	2,68	2,61	2,44	2,68	2,70	2,83
Vältän punaisen lihan syömistä (naudanliha, sianliha, lampaanliha)	2,45	2,71	2,19	2,57	2,34	2,25	2,38	2,67	2,60	2,46	2,15	2,68
Valitsen ilmastoystävällisen aterian ravintolassa	2,26	2,34	2,17	2,48	2,05	2,14	2,23	2,40	2,23	2,28	2,12	2,65

Naiset ilmaisevat miehiä enemmän toimivansa ympäristöä säästäen erityisesti ravintoon liittyvissä asioissa. Eroa on erityisesti punaisen lihan syömisessä, kasvis- ja kausiruoan suosimisessa sekä siinä, että naiset ilmoittavat miehiä useammin tekevänsä huomioita ostettavan ruoan alkuperästä.

		AMMATTIRYHMÄ:						TILASTOLLINEN KUNTARYHMITYS:				KOULUTUS:							
		Total (n=2052)	Johtava asema/Yl empi toimihlö (n=213)	Alempi toimihlö (n=174)	Työntekijä (n=437)	Yrittäjä (n=109)	Eläkeläinen (n=643)	Muu (n=476)	PKS (n=439)	Kaupunki mais kunnat (n=1128)	Taajaan asutut kunnat (n=260)	Maaseutu mais kunnat (n=225)	Peruskou lutus (n=864)	Muu koulutus (n=838)	Akateemi nen (n=326)				
TOTEUTUMINEN																			
Ero koko aineiston keskiarvoon (skaala 1-5)	<table border="1"> <tr><td style="background-color: #90EE90;">+0,20 ></td></tr> <tr><td style="background-color: #90EE90;">+0,15 - +0,19</td></tr> <tr><td style="background-color: #90EE90;">-0,14 - +0,14</td></tr> <tr><td style="background-color: #FFB6C1;">-0,15 - -0,19</td></tr> <tr><td style="background-color: #FFB6C1;">-0,20 ></td></tr> </table>	+0,20 >	+0,15 - +0,19	-0,14 - +0,14	-0,15 - -0,19	-0,20 >													
+0,20 >																			
+0,15 - +0,19																			
-0,14 - +0,14																			
-0,15 - -0,19																			
-0,20 >																			
RAVINTO																			
Pyrin pienentämään ruokahävikkiäni	4,09	3,96	4,11	4,03	4,28	4,14	4,08	3,98	4,10	4,18	4,16	4,06	4,12	4,12					
Suosin kotimaisista raaka-aineista valmistettua ruokaa	3,96	3,85	4,03	3,89	4,35	4,06	3,83	3,88	3,92	4,15	4,11	3,93	3,99	4,02					
Vaikutan aktiivisesti siihen, mitä syön	3,67	3,66	3,60	3,69	4,03	3,63	3,65	3,74	3,62	3,77	3,63	3,57	3,72	3,81					
Huomioin ruoan alkuperän ostopäätöstä tehdessäni	3,46	3,46	3,70	3,27	3,95	3,53	3,34	3,44	3,42	3,56	3,62	3,32	3,54	3,67					
Suosin kausiruokaa	3,38	3,41	3,39	3,24	3,63	3,43	3,36	3,36	3,36	3,47	3,42	3,26	3,44	3,52					
Muutan ruokailutottumuksiani lisääntyvän tiedon perusteella	3,16	3,21	3,24	3,03	3,28	3,19	3,17	3,20	3,15	3,22	3,08	3,03	3,20	3,41					
Suosin kasvispainotteista ruokavaliota	2,90	2,73	2,66	2,89	2,97	2,99	2,96	3,03	2,86	2,96	2,81	2,84	2,90	3,08					
Suosin järvikalaja osana ruokavaliotani	2,84	2,77	2,56	2,70	2,97	3,22	2,53	2,79	2,78	2,86	3,18	2,72	2,92	2,91					
Suosin luomuruokaa	2,67	2,62	2,78	2,52	2,95	2,70	2,70	2,77	2,64	2,70	2,65	2,61	2,71	2,74					
Suosin riistaa osana ruokavaliotani	2,62	2,62	2,71	2,60	3,05	2,59	2,54	2,52	2,59	2,68	2,88	2,62	2,66	2,52					
Vältän punaisen lihan syömistä (naudanliha, sianliha, lampaanliha)	2,45	2,27	2,41	2,38	2,24	2,54	2,56	2,61	2,45	2,41	2,22	2,36	2,47	2,62					
Valitsen ilmastoystävällisen aterian ravintolassa	2,26	2,16	2,16	2,14	2,41	2,33	2,32	2,36	2,21	2,35	2,19	2,22	2,29	2,22					

		TALouden TALOUDELLINEN TILANNE:					NUTS2X (PKS ERIKSEEN):					ASUMISMUOTO:								
		Total (n=2052)	Tulee erinomai sesti toimeen (n=147)	Tulee melko mukavas ti toimeen (n=766)	Pärjään, kun tekee ostokset harkiten (n=652)	Joutuu ajoittain tinkimää n ostoksist a (n=271)	Joutuu tinkimää n lähes kaikesta (n=165)	PKS (n=439)	Uusimaa (n=184)	Etelä- Suomi (n=437)	Länsi- Suomi (n=513)	Pohjois- ja Itä- Suomi (n=479)	Erillinen pientalo (omakoti- /paritalo) (n=780)	Rivitalo (n=305)	Kerrostal o (n=920)	Muu (n=36)				
TOTEUTUMINEN Ero koko aineiston keskiarvoon (skaala 1-5)	<table border="1"> <tr><td style="background-color: #90EE90;">+0,20 ></td></tr> <tr><td style="background-color: #90EE90;">+0,15 - +0,19</td></tr> <tr><td style="background-color: #FFFFFF;">-0,14 - +0,14</td></tr> <tr><td style="background-color: #FFB6C1;">-0,15 - -0,19</td></tr> <tr><td style="background-color: #FF6347;">-0,20 ></td></tr> </table>	+0,20 >	+0,15 - +0,19	-0,14 - +0,14	-0,15 - -0,19	-0,20 >														
+0,20 >																				
+0,15 - +0,19																				
-0,14 - +0,14																				
-0,15 - -0,19																				
-0,20 >																				
RAVINTO																				
Pyrin pienentämään ruokahävikkiäni	4,09	4,18	4,12	4,12	4,03	3,94	3,98	4,20	4,11	4,05	4,18	4,16	4,11	4,02	4,27					
Suosin kotimaisista raaka-aineista valmistettua ruokaa	3,96	3,98	4,09	4,00	3,85	3,60	3,88	3,96	3,95	4,00	4,02	4,12	3,91	3,84	4,05					
Vaikutan aktiivisesti siihen, mitä syön	3,67	3,88	3,73	3,72	3,54	3,34	3,74	3,67	3,67	3,65	3,62	3,75	3,56	3,65	3,57					
Huomioin ruoan alkuperän ostopäätöstä tehdessäni	3,46	3,55	3,59	3,49	3,33	3,01	3,44	3,53	3,38	3,48	3,52	3,63	3,44	3,33	3,39					
Suosin kausiruokaa	3,38	3,49	3,48	3,38	3,21	3,17	3,36	3,49	3,38	3,35	3,37	3,49	3,35	3,28	3,54					
Muutan ruokailutottumuksiani lisääntyvän tiedon perusteella	3,16	3,34	3,23	3,16	3,11	2,85	3,20	3,17	3,14	3,14	3,15	3,18	3,11	3,16	3,11					
Suosin kasvispainotteista ruokavaliota	2,90	3,01	2,95	2,89	2,82	2,75	3,03	2,96	2,81	2,86	2,90	2,88	2,75	2,98	2,94					
Suosin järvikalaja osana ruokavaliotani	2,84	3,17	2,96	2,82	2,56	2,51	2,79	2,85	2,64	2,90	2,98	2,99	2,90	2,69	2,89					
Suosin luomuruokaa	2,67	2,76	2,78	2,63	2,59	2,41	2,77	2,77	2,54	2,63	2,73	2,77	2,60	2,62	2,75					
Suosin riistaa osana ruokavaliotani	2,62	2,69	2,74	2,60	2,45	2,35	2,52	2,55	2,52	2,63	2,81	2,85	2,51	2,45	2,93					
Vältän punaisen lihan syömistä (naudanliha, sianliha, lampaanliha)	2,45	2,54	2,50	2,38	2,43	2,37	2,61	2,46	2,42	2,39	2,40	2,34	2,36	2,58	2,36					
Valitsen ilmastoystävällisen aterian ravintolassa	2,26	2,37	2,32	2,21	2,09	2,22	2,36	2,22	2,21	2,30	2,19	2,23	2,24	2,28	2,09					

Toteutuminen

TOTEUTUMINEN Ero koko aineiston keskiarvoon (skaala 1-5)	VAPAA-AJAN ASUNNON OMISTAMINEN:		VAPAA-AJAN ASUNTO YMPÄRIV. KÄYTÖSSÄ:		TYTYTYVÄISYYS ELÄMÄÄN:			ELÄMÄN ARVOKKAAKSI KOKEMINEN:			
	Total (n=2052)	Kyllä (n=554)	En (n=1472)	Kyllä (n=228)	Ei (n=317)	Erittäin / melko tyytyväinen (n=1446)	Ei tyytyväinen eikä tyytymätön (n=354)	Erittäin / Melko tyytymätön (n=244)	Erittäin / melko arvokkaksi (n=1370)	Ei arvokkaksi eikä arvottomaksi (n=422)	Ei kovin / lainkaan arvokkaksi (n=235)
RAVINTO											
Pyrin pienentämään ruokahävikkiäni	4,09	4,09	4,09	4,11	4,10	4,18	3,84	3,91	4,20	3,91	3,79
Suosin kotimaisista raaka-aineista valmistettua ruokaa	3,96	4,03	3,94	4,00	4,06	4,10	3,64	3,64	4,13	3,73	3,42
Vaikutan aktiivisesti siihen, mitä syön	3,67	3,70	3,66	3,74	3,69	3,81	3,39	3,23	3,84	3,37	3,21
Huomioin ruoan alkuperän ostopäätöstä tehdessäni	3,46	3,58	3,42	3,53	3,62	3,61	3,16	3,01	3,65	3,17	2,90
Suosin kausiruokaa	3,38	3,54	3,32	3,62	3,51	3,51	3,13	2,92	3,55	3,09	2,93
Muutan ruokailutottumuksiani lisääntyvän tiedon perusteella	3,16	3,18	3,15	3,31	3,10	3,28	2,94	2,74	3,32	2,91	2,68
Suosin kasvispainotteista ruokavaliota	2,90	2,93	2,89	2,94	2,92	3,03	2,68	2,52	3,06	2,67	2,44
Suosin järvikalaja osana ruokavaliotani	2,84	3,11	2,73	3,36	2,95	2,96	2,72	2,27	2,99	2,66	2,26
Suosin luomuruokaa	2,67	2,79	2,62	2,89	2,72	2,80	2,43	2,27	2,84	2,45	2,14
Suosin riistaa osana ruokavaliotani	2,62	2,77	2,56	2,89	2,69	2,72	2,48	2,21	2,75	2,36	2,31
Vältän punaisen lihan syömistä (naudanliha, sianliha, lampaanliha)	2,45	2,41	2,46	2,47	2,36	2,54	2,27	2,23	2,56	2,28	2,18
Valitsen ilmastoystävällisen aterian ravintolassa	2,26	2,31	2,23	2,43	2,20	2,34	2,12	1,93	2,37	2,10	1,91

Tärkeys

TÄRKEYS

Ero koko aineiston keskiarvoon (skaala 1-4)

+0,15 >
+0,10 - +0,14
-0,09 - +0,09
-0,10 - -0,14
-0,15 >

RAVINTO

	Total (n=2052)	SUKUPUOLI:		IKÄ:					ELÄMÄNVAIHE:			
		Nainen (n=1030)	Mies (n=1022)	Alle 30 v (n=366)	30-45 v (n=498)	46-55 v (n=355)	56-65 v (n=328)	Yli 65 v (n=505)	Yksin asuva (n=628)	Kaksin puolison kanssa (n=833)	Lapsiper- he (n=449)	Muu (n=142)
Pyrin pienentämään ruokahävikkiäni	3,21	3,36	3,05	3,08	3,19	3,24	3,20	3,28	3,12	3,25	3,25	3,18
Suosin kotimaisista raaka-aineista valmistettua ruokaa	3,09	3,24	2,93	2,94	3,08	3,07	3,16	3,17	2,98	3,14	3,15	3,05
Vaikutan aktiivisesti siihen, mitä syön	2,88	3,07	2,69	2,75	2,90	2,89	2,92	2,94	2,83	2,92	2,90	2,90
Huomioin ruoan alkuperän ostopäätöstä tehdessäni	2,86	3,03	2,67	2,68	2,88	2,81	2,87	2,97	2,76	2,88	2,92	2,95
Suosin kausiruokaa	2,65	2,89	2,40	2,61	2,58	2,68	2,67	2,71	2,55	2,71	2,67	2,60
Muutan ruokailutottumuksiani lisääntyvän tiedon perusteella	2,54	2,71	2,38	2,56	2,50	2,49	2,56	2,60	2,50	2,57	2,50	2,67
Suosin kasvispainotteista ruokavaliota	2,37	2,64	2,09	2,47	2,25	2,33	2,33	2,46	2,34	2,41	2,25	2,62
Suosin järvikalvoja osana ruokavaliotani	2,34	2,33	2,35	2,22	2,18	2,15	2,53	2,59	2,22	2,48	2,23	2,39
Suosin luomuruokaa	2,20	2,38	2,02	2,39	2,13	2,13	2,18	2,21	2,13	2,24	2,16	2,48
Suosin riistaa osana ruokavaliotani	2,11	2,05	2,18	2,15	2,14	2,10	2,17	2,04	1,97	2,15	2,18	2,33
Vältän punaisen lihan syömistä (naudanliha, sianliha, lampaanliha)	2,04	2,27	1,81	2,24	1,99	1,90	1,93	2,13	2,06	2,05	1,92	2,31
Valitsen ilmastoystävällisen aterian ravintolassa	1,86	1,97	1,76	2,06	1,77	1,73	1,84	1,91	1,81	1,87	1,82	2,15

Tärkeys

TÄRKEYS
Ero koko aineiston keskiarvoon (skaala 1-4)

+0,15 >
+0,10 - +0,14
-0,09 - +0,09
-0,10 - -0,14
-0,15 >

RAVINTO

	Total (n=2052)	Johtava asema/Yl empi toimihlö (n=213)	Alempi toimihen kilö (n=174)	Työntekij ä (n=437)	Yrittäjä (n=109)	Eläkeläin en (n=643)	Muu (n=476)	PKS (n=439)	Kaupunki maisiet kunnat (n=1128)	Taajaan asutut kunnat (n=260)	Maaseutu maisiet kunnat (n=225)	Peruskou lutus (n=864)	Muu koulutus (n=838)	Akateemi nen (n=326)
Pyrin pienentämään ruokahävikkiäni	3,21	3,13	3,24	3,17	3,34	3,22	3,22	3,15	3,21	3,29	3,19	3,13	3,26	3,27
Suosin kotimaisista raaka-aineista valmistettua ruokaa	3,09	3,08	3,19	3,01	3,31	3,12	3,03	3,00	3,06	3,25	3,20	3,02	3,14	3,15
Vaikutan aktiivisesti siihen, mitä syön	2,88	2,89	2,90	2,85	3,09	2,89	2,85	2,94	2,89	2,89	2,76	2,75	2,96	3,05
Huomioin ruoan alkuperän ostopäätöstä tehdessäni	2,86	2,93	3,02	2,73	3,18	2,87	2,78	2,84	2,81	3,01	2,91	2,72	2,94	2,98
Suosin kausiruokaa	2,65	2,68	2,77	2,56	2,89	2,66	2,61	2,66	2,65	2,68	2,60	2,51	2,73	2,76
Mutan ruokailutottumuksiani lisääntyvän tiedon perusteella	2,54	2,55	2,58	2,43	2,67	2,55	2,59	2,61	2,53	2,58	2,43	2,41	2,61	2,70
Suosin kasvispainotteista ruokavaliota	2,37	2,30	2,17	2,35	2,44	2,40	2,44	2,44	2,35	2,37	2,30	2,31	2,39	2,45
Suosin järvikaloja osana ruokavaliotani	2,34	2,24	2,15	2,30	2,52	2,53	2,20	2,27	2,31	2,35	2,59	2,25	2,40	2,39
Suosin luomuruokaa	2,20	2,20	2,34	2,14	2,36	2,14	2,26	2,22	2,19	2,27	2,15	2,14	2,24	2,26
Suosin riistaa osana ruokavaliotani	2,11	2,14	2,17	2,12	2,46	2,06	2,08	2,01	2,10	2,23	2,28	2,11	2,14	2,04
Vältän punaisen lihan syömistä (naudanliha, sianliha, lampaanliha)	2,04	1,98	2,02	2,03	1,90	2,04	2,15	2,14	2,04	2,01	1,89	2,00	2,05	2,13
Valitsen ilmastoystävällisen aterian ravintolassa	1,86	1,77	1,78	1,83	1,96	1,85	1,96	1,96	1,84	1,89	1,74	1,84	1,88	1,86

Tärkeys

	Total (n=2052)	TALouden TALOUDELLINEN TILANNE:					NUTS2X (PKS ERIKSEEN):					ASUMISMUOTO:			
		Tulee erinomaisesti toimeen (n=147)	Tulee melko mukavasti toimeen (n=766)	Pärjään, kun tekee ostokset harkiten (n=652)	Joutuu ajoittain tinkimään ostoksista (n=271)	Joutuu tinkimään lähes kaikesta (n=165)	PKS (n=439)	Uusimaa (n=184)	Etelä-Suomi (n=437)	Länsi-Suomi (n=513)	Pohjois- ja Itä-Suomi (n=479)	Erillinen pientalo (omakoti-/paritalo) (n=780)	Rivitalo (n=305)	Kerrostalo (n=920)	Muu (n=36)
TÄRKEYS Ero koko aineiston keskiarvoon (skaala 1-4)															
			+0,15 >	+0,10 - +0,14	-0,09 - +0,09	-0,10 - -0,14	-0,15 >								
RAVINTO															
Pyrin pienentämään ruokahävikkiäni	3,21	3,35	3,21	3,22	3,22	2,99	3,15	3,34	3,22	3,16	3,23	3,25	3,14	3,19	3,25
Suosin kotimaisista raaka-aineista valmistettua ruokaa	3,09	3,15	3,15	3,11	3,06	2,79	3,00	3,11	3,04	3,14	3,14	3,20	3,06	2,99	3,18
Vaikutan aktiivisesti siihen, mitä syön	2,88	3,03	2,97	2,86	2,82	2,66	2,94	2,92	2,88	2,86	2,85	2,92	2,78	2,90	2,83
Huomioin ruoan alkuperän ostopäätöstä tehdessäni	2,86	2,91	2,93	2,84	2,79	2,62	2,84	2,88	2,79	2,91	2,85	2,99	2,78	2,77	2,80
Suosin kausiruokaa	2,65	2,69	2,71	2,66	2,55	2,46	2,66	2,72	2,69	2,62	2,61	2,70	2,59	2,63	2,73
Muutan ruokailutottumuksiani lisääntyvän tiedon perusteella	2,54	2,66	2,59	2,56	2,49	2,25	2,61	2,56	2,52	2,53	2,51	2,53	2,48	2,58	2,39
Suosin kasvispainotteista ruokavaliota	2,37	2,44	2,39	2,36	2,32	2,26	2,44	2,40	2,35	2,35	2,32	2,36	2,28	2,42	2,22
Suosin järvikalaja osana ruokavaliotani	2,34	2,56	2,39	2,35	2,21	2,05	2,27	2,29	2,23	2,38	2,49	2,42	2,33	2,27	2,48
Suosin luomuruokaa	2,20	2,27	2,22	2,23	2,18	1,96	2,22	2,31	2,15	2,18	2,22	2,25	2,19	2,17	2,37
Suosin riistaa osana ruokavaliotani	2,11	2,11	2,18	2,10	2,05	1,93	2,01	2,13	2,05	2,13	2,25	2,29	2,03	1,98	2,37
Vältän punaisen lihan syömistä (naudanliha, sianliha, lampaanliha)	2,04	2,11	2,07	1,99	2,07	1,93	2,14	2,10	2,03	2,02	1,98	2,00	1,99	2,10	1,96
Valitsen ilmastoystävällisen aterian ravintolassa	1,86	1,95	1,91	1,82	1,82	1,74	1,96	1,80	1,87	1,87	1,78	1,85	1,78	1,90	1,90

Tärkeys

TÄRKEYS

Ero koko aineiston keskiarvoon (skaala 1-4)

+0,15 >
+0,10 - +0,14
-0,09 - +0,09
-0,10 - -0,14
-0,15 >

RAVINTO

	Total (n=2052)	Kyllä (n=554)	En (n=1472)	Kyllä (n=228)	Ei (n=317)	Erittäin / melko tyytyväin en (n=1446)	Ei tytyväine n eikä tyytymät ön (n=354)	Erittäin / Melko tyyytymä tön (n=244)	Erittäin / melko arvokkaa ksi (n=1370)	Ei arvokkaa ksi eikä arvottom aksi (n=422)	Ei kovin / lainkaan arvokkaa ksi (n=235)
Pyrin pienentämään ruokahävikkiäni	3,21	3,22	3,20	3,29	3,19	3,29	2,98	3,02	3,32	3,04	2,85
Suosin kotimaisista raaka-aineista valmistettua ruokaa	3,09	3,12	3,08	3,13	3,11	3,21	2,79	2,82	3,25	2,84	2,63
Vaikutan aktiivisesti siihen, mitä syön	2,88	2,91	2,87	2,94	2,90	2,99	2,66	2,59	3,03	2,65	2,48
Huomioin ruoan alkuperän ostopäätöstä tehdessäni	2,86	2,91	2,83	2,86	2,94	2,96	2,62	2,56	3,00	2,61	2,49
Suosin kausiruokaa	2,65	2,77	2,60	2,81	2,74	2,74	2,48	2,33	2,78	2,43	2,33
Mutan ruokailutottumuksiani lisääntyvän tiedon perusteella	2,54	2,56	2,53	2,60	2,53	2,65	2,32	2,20	2,69	2,30	2,14
Suosin kasvispainotteista ruokavaliota	2,37	2,34	2,38	2,37	2,31	2,46	2,16	2,09	2,48	2,18	2,05
Suosin järvikalaja osana ruokavaliotani	2,34	2,51	2,27	2,66	2,40	2,42	2,27	1,99	2,47	2,13	2,01
Suosin luomuruokaa	2,20	2,25	2,18	2,38	2,16	2,28	2,04	1,98	2,32	2,01	1,88
Suosin riistaa osana ruokavaliotani	2,11	2,22	2,07	2,33	2,13	2,17	2,05	1,89	2,21	1,91	1,93
Vältän punaisen lihan syömistä (naudanliha, sianliha, lampaanliha)	2,04	2,01	2,05	2,08	1,97	2,10	1,88	1,92	2,13	1,88	1,87
Valitsen ilmastoystävällisen aterian ravintolassa	1,86	1,86	1,86	1,94	1,80	1,94	1,67	1,62	1,97	1,65	1,60