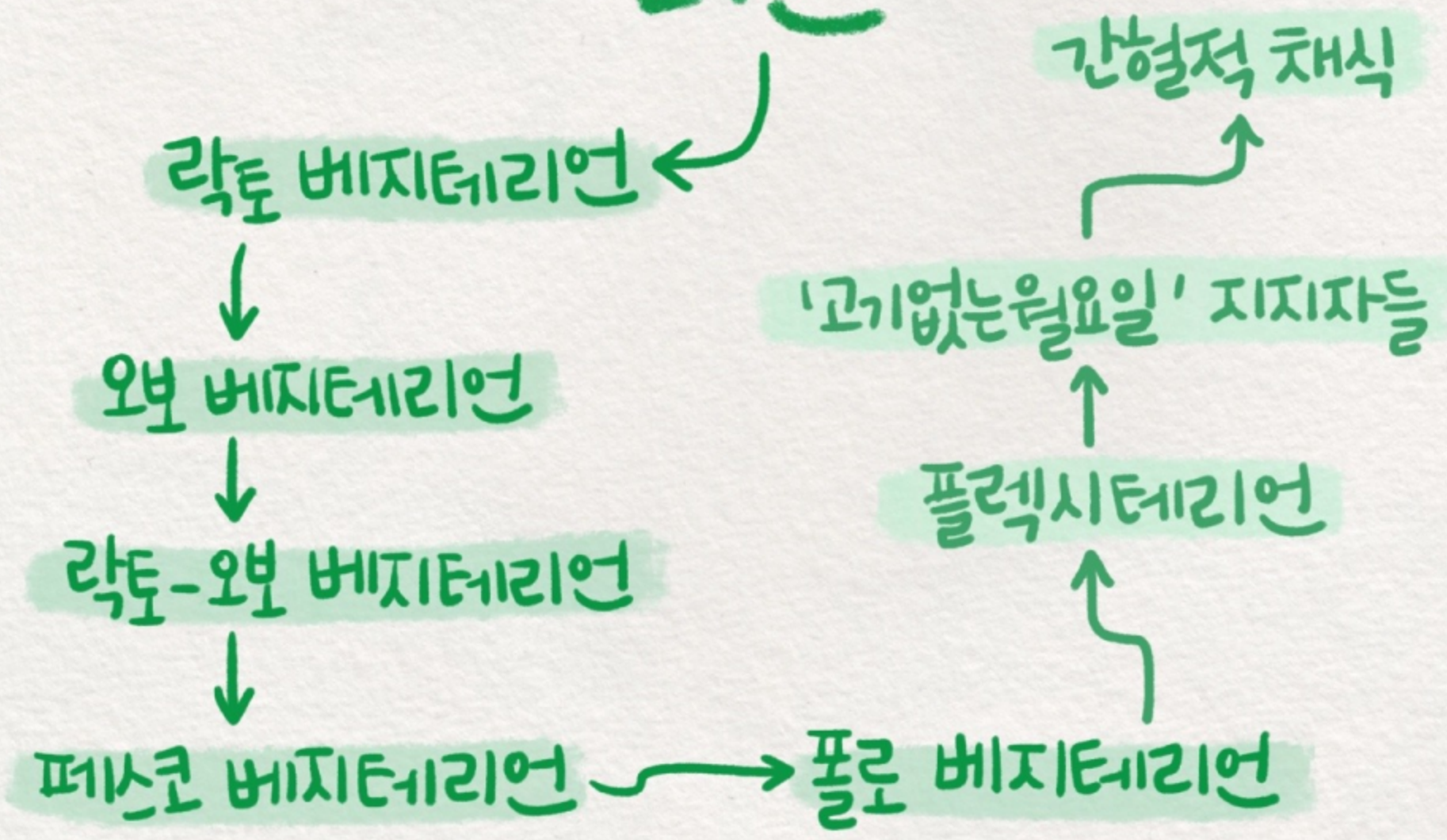




비건



플렉시테리언

Flexitarian

리듀스테리언 - 엄격한 채식보다는 **고기 소비를 줄이기 위해** 노력하는 사람

↪ **개작업** 베지테리언

건강, 환경, 동물권에 대한 이유로
대부분 채식을 하지만

엄격하게 육식을 제한하지 않는
유연한 식단을 추구하는 사람들

리듀스테이리언

리듀스테이리언 - 엄격한 채식주의보다는 **고기 소비를 줄이기 위해** 노력하는 사람

Reducetarian

**자신의 라이프스타일과
식습관을 고려하여
고기 소비를 줄여나가는 사람들**

간헐적 채식

리듀스테리언-엄격한 채식보다는 **고기 소비를 줄이기 위해 노력하는** 사람

Intermittent Vegan or
Intermittent Vegetarian

**3~4주의 일정 기간을 정하여
비건 또는 채식 식단으로
식사하는 사람들**

고기없는 월요일 지지자들

리듀스테리언-엄격한 채식주의자는 **고기 소비를 줄이기 위해 노력하는** 사람

☞ MFM Supporters

**일주일에 하루,
날을 정하여
채식을 하는 사람들**