

## „Szemléletváltás történik” – a közösségi kertek szerepe a fenntartható ételmisszerfogyasztásban

### “*Shaping Attitudes*” – the role of community gardens in sustainable food consumption

BUJÁKY ESZTER, CSUTORA MÁRIA

**BUJÁKY Eszter:** BSc, Budapesti Corvinus Egyetem; 1093 Budapest, Fővám tér 8.; bujakyeszti@gmail.com; <https://orcid.org/0009-0002-1798-0036>

**CSUTORA Mária:** egyetemi tanár, Budapesti Corvinus Egyetem; 1093 Budapest, Fővám tér 8.; maria.csutora@uni-corvinus.hu; <https://orcid.org/0000-0002-0749-3923>

**KULCSSZAVAK:** közösségi kert; ételmisszerfogyasztás; fenntarthatóság; fogyasztói magatartás

**ABSZTRAKT:** A városi életmód térnyerésével és az egyre növekvő urbanizációval társadalmunk nagy része folyamatosan távolodik a hagyományos ételmisszertermeléstől. Ez különösen igaz a fejlett országokra, ahol a fenntarthatatlan ételmisszerfogyasztási szokások hatalmas környezeti terhelést jelentenek. A városokban rendelkezésre álló kisebb szabad területek egyik hasznosítási lehetősége a közösségi kertek kialakítása. A közösségi kertek lehetőséget biztosítanak a városi lakosság számára az ételmisszertermelésben való részvételre, aktív kikapcsolódásra és közösségépítésre. A részvétel által passzív fogyasztókból ismét aktív részesei lehetnek az ételmisszerrendszereknek, ami a fogyasztói magatartást és szokásokat befolyásolja.

A tanulmány a közösségi kertben való részvétel magatartásformáló és edukációs hatását vizsgálja a fenntartható ételmisszerfogyasztási szokások kialakításában. A kérdőíves felmérés a közösségi kertekbe belépők motivációit valamint szokásainak megváltozását vizsgálta. A kérdőíves felmérésre 105 érvényes válasz érkezett, amelyeket exploratív faktoranalízissel és egyszerű statisztikai módszerekkel dolgoztunk fel.

Az ételmisszerfogyasztási szokások változásában fennálló belső kapcsolatok azonosítására használt faktoranalízis alapján négy magatartástípus változás azonosítható: tudatosabb ételmisszerfogyasztás, helyi termékek preferálása, egészségesebb étkezés és ételmisszerhulladékok újrahasznosítása. A részvételnek köszönhetően a tagok új ismereteket szereznek a zöldségek és gyümölcsök szezonálisáról, jobban megbecsülik a befektetett energiát és a gazdálkodók munkáját. A kerttagság tehát közelebb hozza a városi lakosságot az ételmisszertermeléshez és a természethez, aminek következtében a résztvevők fenntartható fogyasztási szokásokat vesznek fel. A közösségi kertek így fontos szerepet töltenek be a városi térben. Kikapcsolódásra alkalmas helyszínt biztosítanak a lakosoknak, ahol társaságban, egymástól tanulva a természetben tölthetik szabadidejüket.

Az ételmisszertermelésben való részvétel szemléletformáló hatásának köszönhetően a tagok gondolkodásmódja nem csak elméleti szinten változik meg, hanem a gyakorlatban a fogyasztási szokásaik is fenntarthatóbb irányba változnak.

**Eszter BUJÁKY:** BSc, Corvinus University of Budapest; Fővám tér 8., H-1093 Budapest, Hungary; bujakyeszti@gmail.com; <https://orcid.org/0009-0002-1798-0036>

**Mária CSUTORA:** university professor, Corvinus University of Budapest; Fővám tér 8., H-1093 Budapest, Hungary; maria.csutora@uni-corvinus.hu; <https://orcid.org/0000-0002-0749-3923>



**KEYWORDS:** *community garden; food consumption; sustainability; consumer behavior*

**ABSTRACT:** *As urban lifestyle continues to evolve and urbanization increases, a significant segment of our society is gradually moving away from traditional food production, and becoming passive consumers of food systems, viewing food mostly as commodity. This is particularly true in developed countries, where the resulting unsustainable, carbon-intensive food consumption patterns place a huge burden on the environment. Community gardens offer urban dwellers an opportunity to participate in food production. By participating, they can move from being passive consumers to active participants in food production.*

*This article examines the behavioral and educational impact of participation in community gardens on the development of sustainable food consumption habits. The research was conducted using a quantitative questionnaire method, contacting all community gardens in Hungary with publicly available contact details, 22 of which agreed to share the questionnaire with their members. Participants compared their consumption habits before and after becoming a member of the community garden on 15 sustainable food consumption habits. In addition, the research explored the motivations for joining the community garden and the new knowledge and attitudes acquired as a result of membership.*

*The research suggests that community garden participation plays a crucial role in sustainability by encouraging sustainable food consumption habits. Participation in food production not only shapes the mindset of its members on a theoretical level, but also brings about tangible shifts as it changes the members' food consumption habits towards a more sustainable direction, such as separate collection of food waste and composting, and greater awareness of food expiry dates. Four categories of behavior are identified by the factor analysis used to determine the links in food consumption behavior change: conscious food consumption, preference for local products, healthier eating and recycling of food waste. Through participation, members gain new knowledge about the seasonality of fruit and vegetables, a better appreciation of the energy invested and the work of the farmers. Membership of the garden therefore brings urban dwellers closer to food production and nature, and encourages participants to adopt sustainable consumption habits. Community gardens are therefore an important pillar of urban sustainability and play a crucial role in urban spaces. They offer a recreational space where members can gain new knowledge through gardening, encouraging sustainable food consumption habits. Participants also noted that community gardens serve as a gathering place, fostering connections with neighbors and the formation of friendships.*

## Bevezetés

A közösségi kertek mára hazánk nagyvárosaiban is egyre népszerűbbek. Lehetőséget biztosítanak a városi lakosság számára, hogy az épített környezetből és mindennapi életükből kiszakadva élelmiszertermelési tevékenységet folytassanak családjuk, barátaik körében. A kertekben az élelmiszerek megtermelése természetes körülmények között zajlik, majd azok lokálisan kerülnek elfogyasztásra.

A közösségi kertek azonban mégsem emiatt kiemelkedően fontosak a városok fenntarthatóságában. A kertben megtermelt élelmiszerek mennyisége kevés, minden esetben csak kiegészíteni, nem helyettesíteni tudja a háztartás számára a kiskereskedelemben megvásárolt gyümölcsöt, zöldséget. A közösségi kertek a fenntartható városok fontos elemét alkotják. Amellett, hogy zöldterületet, kapcsolódásra és fizikai tevékenységre alkalmas helyszínt biztosítanak a környé-

ken élők számára, közösséget építenek és a kertben végzett tevékenység fenntartható fogyasztói szokások kialakítására ösztönözi a résztvevőket.

A természettől való eltávolodás a lakosság ételkészítési szokásain mély nyomot hagyott. Ma a fejlett országokban, így hazánkban is a lakosság nagy része számára az ételkészítés egy szupermarketben megvásárolt árucikk, melyből bármikor tudunk újat vagy többet venni, ha az elfogy vagy tönkremegy. Nem figyelünk úgy oda az ételkészítésre, mint ahogyan azt korábban tettük, így fenntarthatatlan fogyasztási szokások nyernek teret. A közösségi kertek ezt a folyamatot ellensúlyozhatják, a városi lakosság számára megteremtik az ételkészítéstermelésben való részvétel lehetőségét. A kertben való ételkészítéstermelésen keresztül a tagok hasonló gondolkodásmódú emberekkel ismerkednek meg, és egy fenntarthatóbb szemléletmódot sajátítanak el, mely hatással van a fogyasztói magatartásukra is.

## Irodalmi áttekintés

### *Fenntartható ételkészítési szokások és a belső motiváció szerepe*

Az elmúlt évtizedekben számos kutatás született a fenntartható ételkészítési szokások témájában. Leitzmann (2003) szerint a fenntartható ételkészítésre jellemzők az alábbi jellemzők: túlnyomóan növényi alapú ételkészítés, biogazdálkodásból származik, szezonális és lokális termék, alacsony feldolgozottságú, környezetbarát csomagolásban van, méltányos kereskedelemmel jut el a fogyasztóig, és ízletesen van elkészítve. Moomaw et al. (2012) tanulmányában megjelenik az ételkészítésbiztonsághoz való hozzájárulás, valamint a természeti és emberi erőforrások optimális felhasználása a biodiverzitás és ökoszisztéma megőrzésének céljából. A fenntartható ételkészítési szokások kialakítása azonban nem csak a környezeti szempontok miatt előnyös. Vetőné Mózner (2014) kutatásában az ételkészítés környezeti hatásait összekapcsolja az egészségügyi hatásokkal, hiszen a főként nyugati kultúrára jellemző, magas energiatartalmú, állati alapú étrend mindkét említett megközelítésből káros. Az EAT-Lancet Bizottság által kidolgozott Egészséges Bolygó Étrend a fenntarthatóság és az egészség szempontjából ideális, hiszen biztosítja, hogy a bolygó lakossága megfelelő minőségű és mennyiségű ételkészítéshez jusson hozzá a környezet megővése mellett (Szakály 2024). A fenntartható ételkészítési szokások kialakításának a kisebb környezeti terhelés mellett közvetlen jótékony hatása van az egyénre az egészséges táplálkozáson keresztül.

A magyar lakosság jelenlegi ételkészítési szokásait tekintve a fenntarthatóbb, egészségesebb étrendre való áttérésnek jelentős pozitív következményei lennének. Szakály (2024) az Egészséges Bolygó Étrendet a KSH egy főre jutó ételkészítési adataival hasonlította össze. Eszerint egy átlagos magyar felnőtt húsfogy-

gyasztása az ajánlott mennyiség több mint négyszerese, míg a zöldség- és gyümölcsfogyasztásunkat 67%-kal növelni kellene. Vetőné Mózner és Szűcs (2024) alapján a Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége által ajánlott étrend 19%-kal csökkentheti az ételmiszerfogyasztás ökológiai lábnyomát a jelenlegi tényleges magyar fogyasztáshoz képest. Az eredmények alátámasztják, hogy hazánkban fenntarthatatlan és egészségtelen étrend dominál, így egyértelmű, hogy a magyar lakosság ételmiszerfogyasztási szokásainak változására van szükség.

Az utóbbi években ez a változás elindult hazánkban. Kuslits és Kocsis (2019) kutatása szerint a fővárosi vásárlók öt csoportba sorolhatók, közülük kettőre jellemző a fenntartható élelmiszerek iránti érdeklődés, és hajlandók magasabb árat is fizetni érte. A helyi termékekkel a fogyasztók általában a minőséget, a frissességet, és az egészséget azonosítják (Kovács, Balázsné Lendvai és Beke 2022). Bauerné Gáthy, Kovácsné Soltész és Szűcs (2022) tanulmányukban a Debreceni Egyetem hallgatóinak ételmiszervásárlási szokásokat vizsgálták. A hallgatók között a második legnagyobb csoportot a tudatos ételmiszerfogyasztók jelentik, akikre jellemző a tudatosság a fenntarthatóság és az egészség szempontjából. Ezen eredmények azt mutatják, hogy a magyar lakosság egy része fogékony a fenntartható ételmiszerfogyasztási szokások kialakítására, azonban a hazai adatok alapján a folyamat lassan halad.

A fenntartható ételmiszerfogyasztási magatartás kialakulását számos tényező befolyásolja. Eker, Reese és Obersteiner (2019) a szociális normák szerepét említi, míg Schultz (2014) kiemeli, hogy a különböző külső ösztönzők kialakítása bizonyos helyzetekben jól működhet, azonban a fentről lefelé (top-down) módszer nem elegendő a hosszú távú változáshoz. Hoek et al. (2021) munkája alapján a fenntartható fogyasztási szokások kialakításában szerepet játszanak az olyan egyéni tényezők, mint a lehetőség, képesség és motiváció, valamint a család és a tágabb környezet jellemzői. Kim (2017) szerint a fogyasztói magatartás változása leghatékonyabban az egyének oldaláról, belülről fakadó, önkéntes jellegű motivációból eredendően valósulhat meg. Ebben nagy szerepe van a gyermekkori természetközeli élményeknek, a család és barátok hozzáállásának, valamint az oktatásnak (Kollmuss, Agyeman 2002). Az emberek természettel való kapcsolata, valamint az emberek és az ökoszisztéma közötti harmónia kulcsfontosságú a fenntartható ételmiszerfogyasztás szempontjából (Kirby 2008), amely magyarázza az ételmiszertermelésben való részvétel pozitív hatását is.

### ***Az urbanizáció hatása az ételmiszerfogyasztásra***

A világon jelenleg zajló gyors urbanizációnak köszönhetően az ételmiszerellátás átalakulóban van. Míg évszázadokon keresztül az emberek alapvetően maguk termelték meg földjükön az általuk később elfogyasztott élelmiszereket, mára társadalmunk nagy része a globális ételmiszerellátási rendszereknek csupán passzív fogyasztójává vált. A városi lakosság egyre jobban elszakad magától az ételmi-

szertermeléstől, az élelmiszerekre leginkább pusztán árucikként tekintenek. Az elidegenedés megváltoztatja a fogyasztók élelmiszerhez való viszonyát, az élelmiszerekkel kapcsolatos tudásuk csökken, ahogyan azok megbecsülése és gazdasági, társadalmi, környezeti értékük valódi ismerete is (Turner 2011; Reisch, Eberle és Lorek 2013).

A globális élelmiszerhálózatokból származó élelmiszerrel szemben az utóbbi időben egyre inkább felértékelődött a helyi élelmiszer, és ennek megfelelően nagy hangsúly helyeződik a rövid ellátási láncokra és az élelmiszerellátás relokalizációjára. Mindez fontos célkitűzéssé vált nemzetközi és európai uniós szinten. Magyarországon Benedek és Balázs (2014) valamint Inzsöl (2021) tanulmányukban az élelmiszer-relokalizációs termelői index (ÉRTI) segítségével vizsgálták a helyi élelmiszertermelés jellegzetességeit, a kistermelői aktivitást és fejlődési potenciálját. Ezen kutatások szerint hazánkban a helyi élelmiszer-mozgalom jelenleg még kezdeti fázisban van, és leginkább hagyományos és termelői piacokon keresztül zajlik, de az aktivitási szint növekedése bizakodásra adhat okot.

Az élelmiszertermeléstől való eltávolodás, valamint az urbanizációval szorosan összefüggő fogyasztói társadalom kialakulása és jólét növekedése miatt a fejlett országokban, így Magyarországon is olyan fogyasztói magatartás uralkodik, mely az élelmiszerrendszerek fenntarthatatlanságához vezet. Teret nyerneken olyan növekvő karbonlábnyomú élelmiszerfogyasztási trendek, mint például a szupermarketek dominanciája a kiskereskedelemben, ami együtt jár a szezonális és helyi viszonyok figyelembevételének hiányával és az ellátási láncok megnyúlásával. A húsalapú étrendek elterjedése, különös tekintettel az elfogyasztott vöröshús mennyiségére, és az élelmiszerhulladék mennyiségének növekedése fenntarthatósági szempontból szintén aggodalomra ad okot. Az élelmiszerrendszerek környezeti terhelését a fejlett országokban jóval csökkenteni lehetne, ha ezeket a karbonintenzív fogyasztási mintákat fenntartható szokások váltanák fel (Kim 2017; Mózner, Csutora 2013; Csutora, Vetőné Mózner 2014).

### ***A közösségi kerttség hatásai a résztvevőkre és szerepe a városi térben***

A közösségi kertek a városi lakosság számára biztosíthatják az élelmiszertermelésben való részvételt. Kirby (2008) szerint a közösségi kert egy közösség által önkéntesen fenntartott zöldterület, általában városokban, amely lehetőséget biztosít a résztvevők számára élelmiszertermelésre, kertészkedésre, és hozzájárul a közösség építéséhez. Holland (2004) tanulmányában kifejti, hogy a közösségi kertek a fenntarthatóság mindhárom pillérét támogatják. A környezeti fenntarthatóságot az élelmiszertermelés által, a társadalmi fenntarthatóságot a közösségépítésen keresztül, míg a gazdasági fenntarthatóságot a közösségi kertek készségfejlesztési tevékenységei alapján mozdítják előre.

A közösségi kertben való részvétel egyénre és közösségre gyakorolt pozitív hatásait számos szakirodalmi munka vizsgálja. A kertek egyik fontos szerepe a

társadalmi kohézió erősítése, közösségépítés, hiszen a szomszédok és környéken élők között szorosabb kapcsolatok alakulnak ki (Hume et al. 2022; Guitart, Pickering, Bryne 2012). Dolley és Howes (2024), Bende és Nagy (2016) és Gray et al. (2022) eredményei szerint ennek oka, hogy a közösségi kert egy olyan helyszínt jelent, ahol különböző háttérű és korú emberek ismerkedhetnek meg egymással, oszthatják meg tapasztalataikat, így a résztvevők nyitottabbá, elfogadóbbá válnak. A közös érdeklődés összekovácsolja a résztvevőket, akik a közösségi kertnek köszönhetően úgy érzik, tartoznak valahova, ezáltal a kerteknek a társadalmi elszigeteltség csökkentésében is lehet szerepe (Neulinger et al. 2020; Lloyd, Paige 2022). A kertben való részvétel az egyén életére is fontos hatást gyakorol. A résztvevők egészségesebb életmódot követnek, melynek oka a friss, tápláló élelmiszerhez való hozzájutás, és a kertészkedés, mint szabad levegőn végzett fizikai aktivitás (Lin et al. 2024; Song et al. 2022; Neulinger, Birtalan 2021). Emellett a nyugodt környezet, a természettel való kapcsolódás és a termelés által okozott elégedettség érzése segít csökkenteni a stresszt, szorongást, így a résztvevők mentális egészségének javításához is hozzájárul (Gray et al. 2022). Schmeller (2023) kiemeli, hogy a kert egy rekreációs lehetőséget nyújt, ami során a tagok új készségeket sajátítanak el, és produktívan tölthetik el szabadidejüket.

A szakirodalom alapján a közösségi kert részvétel a fenntarthatóságra és az élelmiszerfogyasztási szokásokra is hatással van. A közösségi kertek növelik a környék biodiverzitását, és fenntartható élelmiszertermelési lehetőséget biztosítanak a városi környezetben. A tagok zöldség- és gyümölcsfogyasztása növekszik (Alaimo et al. 2008), bevásárláskor jobban igyekeznek elkerülni a termékek csomagolásából adódó felesleges műanyagszemét termelését, és nagyobb hangsúlyt fektetnek a környezetvédelmi címkékre is (Kim 2017). Turner (2011) szerint a kertészkedésen keresztül a tagok értékes tudásra tesznek szert a zöldségek és gyümölcsök szezonálisával kapcsolatban, így a vásárlás során nagyobb hangsúlyt fektetnek ennek a figyelembevételére. A közösségi kertben résztvevők változatosabban étkeznek és jobb minőségű élelmiszereket fogyasztanak (Blair, Giesecke, Sherman 1991). A közösségi kertek esetében fontos a fenntartható élelmiszerfogyasztásra való nevelés, valamint a részvétel a fiatalok egészségtudatos nevelésében is kiemelkedő szereppel bír, hiszen lehetőséget teremt arra, hogy az iskolában megszerzett tudást valódi gyakorlattá alakítsák. A gyermekkorban kialakult fogyasztói szokások hosszú távon befolyásoló tényezők (Heim, Stang, Ireland 2009). Ha már ebben a korban hozzászoknak a gyümölcs- és zöldségfogyasztáshoz, akkor a későbbi életük során is nagyobb valószínűséggel figyelnek oda az egészséges táplálkozásra (Hanbazaza et al. 2015).

A városi térben a közösségi kertek fontos funkciót töltenek be. Üres, kihasználatlan, gyakran elhanyagolt területet produktív térré átalakítva hozzáférhető zöldterületet biztosítanak a városi lakosság számára (Zutter, Stoltz 2023; Stocker, Kate 1998). A kertek így megszépítik környezetüket, egy környék revitalizációjához is hozzájárulhatnak (Bródy, de Wilde 2020; Nyers 2024). Bende (2016) kutatá-

sában a budapesti Leonardo kert esetét vizsgálta. A 8. kerületben, egy korábban elhanyagolt területen alakították ki a kertet, ami megszépítette, biztonságosabbá tette a környéket, a többemeletes lakóházak között szinte a nyugalom szigetét jelentette ez a kis zöldterület. Kordon (2024) és Bársony (2020) szerint a közösségi kertek találkozási pontként tudnak működni a környék lakói számára, a helyi közösségszervezés központi helyszínévé válhatnak. Ez a városokban nagyon fontos, hiszen alapvetően jellemző az elszigeteltség, az emberek gyakran nem ismerik a szomszédjaikat, környéken lakókat, a kert pedig jó lehetőséget biztosít megismerni őket. Ezáltal összetartóbb közösségek alakulnak ki, ami az élet más területeire is kihatással van. A résztvevők érzik a társadalmi támogatást és azt, hogy valahova tartoznak, így életminőségük is javul (Hume et al. 2022). Továbbá a közösségi kertek akár az otthon és a munkahely után egy harmadik tér szerepét vehetik fel, ahol az emberek szabadidejüket töltik, kikapcsolódnak (Bende 2017; Firth, Maye, Pearson 2011). Ezen a ponton érdemes összevetni a közösségi kertet a városi parkokkal, hiszen azok is a szabadidő eltöltésére biztosítanak helyszínt. A közösségi kertetek alapvetően az aktív részvétel különbözteti meg a városi parkoktól, ahol a lakosság annak csak passzív élvezője. Míg a közösségi kertekhez általában kisebb csoport fér hozzá, a szabadidő eltöltésének egy produktív módjára, a kertészkedésre nyújt lehetőséget, így ebben az értelemben a területnek jobb a kihasználtsága (Milbourne 2021). A közösségi kertek valóban közelebb hozzák a résztvevőket a természethez és a fenntarthatósághoz, és ellenőrizni tudják a városi lakosság eltávolodását a természettől. Az élelmiszertermelésben való aktív tevékenységnek köszönhetően a városi életmódot folytató emberek első kézből tanulják meg, mennyi erőforrást igényel az élelmiszerek megtermelése (Turner 2011; Bendt, Barthel, Colding 2013), a közösségi kerten keresztül a tagok a rendszer passzív fogyasztóiból az élelmiszertermelési folyamatok aktív részeseivé válnak (Bródy, de Wilde 2020; Holland 2004). A közösségi kertek így mind egyéni, mind pedig közösségi szinten segítik a városi lakosság és az élelmiszerrendszerek közötti jelenleg nagy szakadék csökkentését.

### **Kutatási kérdés**

A fenntartható élelmiszerfogyasztás és a közösségi kertek szakirodalma széleskörű, amely bizonyítja a téma relevanciáját, valamint a közösségi kert részvételnek az egyénre és közösségre gyakorolt pozitív hatásait a fenntarthatóság, az egészség és a közösségépítés területén. Az utóbbi években Magyarországon is egyre több kutatás készült a témában. A hazai közösségi kertek vizsgálata többnyire kvalitatív módszertannal történt, és alátámasztják a nemzetközi kutatások eredményeit, különösen az egyén egészségügyi állapotának javulása és a produktív szabadidő eltöltése szempontjából. Jelenleg azonban a fenntartható élelmiszerfogyasztási szokások célzott vizsgálata hiányos a hazai közösségi kertben résztve-



vők körében, így időszerűnek éreztük a téma kvantitatív kutatását. A szakirodalmi elemzés alapján a feltételezésünk, hogy a közösségi kerttagság befolyásolja az ételmszerfogyasztási szokásokat, és az ételmszertermelésben való részvétel által ösztönzi a fenntartható fogyasztási szokások kialakítását. A kutatásunk fő kérdése, hogy Magyarországon a közösségi kertben való részvétel milyen magatartásformáló hatással rendelkezik a fenntartható ételmszerfogyasztási szokások kialakításában, valamint hogy az egyes szokások kialakulása között milyen kapcsolat áll fent.

### Adatok és módszertan

Jelen tanulmány a közösségi kertben való részvétel szerepét vizsgálja a fenntartható ételmszerfogyasztási szokások alakításában, kiemelten kezelve a kérdést, hogy a tagság óta miként változtak meg ezek a szokások a résztvevők körében. A kutatás anonim kérdőíves adatgyűjtéssel készült 2023. márciusában. A kutatáshoz kvantitatív megközelítést választottunk, mivel a strukturált adatgyűjtésen keresztül az összefüggéseket statisztikai módszerekkel fel tudtuk tárni. A kutatás során megkerestük az összes olyan Magyarországon működő közösségi kertet, amely elérhetősége nyilvános volt, ez 33 közösségi kertet jelent. Közülük 22 vállalta, hogy a kérdőívet megosztja a tagjaival (függelék). Az elért közösségi kertek többsége Budapesten található.

A kitöltők a kérdőív első részében a kerttagság előtti és az azóta követett fogyasztási szokásaikat hasonlították össze 15 állítás segítségével, majd egy ötfokú Likert-skálán jelölték, hogy a fenntarthatóbb fogyasztási irányba történő változás mennyire jellemző rájuk. A kérdőívben használt 15 állítást a szakirodalomnak megfelelően (Szakály 2024; Hoek et al. 2021; Moomaw et al. 2012) úgy fogalmaztuk meg, hogy a fenntartható ételmszerfogyasztás minél több aspektusát érintse. A beérkezett adatokat az IBM SPSS programmal elemeztük. A vizsgált ételmszerfogyasztási szokások alakulásáról rangkorreláció készült, amely szerint 5%-os szignifikanciaszinten a legtöbb ételmszerfogyasztási szokás változása között legalább közepesenél gyengébb, pozitív kapcsolat tapasztalható. Az egymással korreláló változók közötti összefüggések mélyebb feltárásához faktoranalízist használtunk, mely segítségével megállapítható, hogy a kerttagok esetén milyen mintázatok jelennek meg a fogyasztói magatartásváltozásban. A faktorok számának meghatározása főkomponens módszerrel történt, mivel az egymással korreláló változók a KMO értéke (0,806) és a Bartlett teszt ( $p < 0,05$ ) alapján megfelelőnek bizonyultak annak elvégzésére. A magyarázott teljes variancia táblázat alapján az ételmszerfogyasztási szokások változásának leírására négy faktort érdemes használni, amelyek együttesen a teljes variancia 67,55%-át magyarázzák. A faktorok számának meghatározása után varimax forgatási módszerrel elvégzett faktorrotációval készült el a faktoranalízis végső eredménye (1. táblázat).



1. táblázat: Magyarózott teljes variancia táblázat: főkomponens analízissel  
Total variance explained by principal component analysis

	Eredeti eloszlás			Faktorkiválasztást követő eloszlás			Rotált eloszlás		
	Saját érték	Variancia (%)	Kumulált (%)	Saját érték	Variancia (%)	Kumulált (%)	Saját érték	Variancia (%)	Kumulált (%)
1	5,712	38,083	38,083	5,712	38,083	38,083	3,414	22,759	22,759
2	1,765	11,766	49,849	1,765	11,766	49,849	2,412	16,082	38,841
3	1,514	10,096	59,945	1,514	10,096	59,945	2,192	14,615	53,456
4	1,141	7,605	67,549	1,141	7,605	67,549	2,114	14,093	67,549
5	0,875	5,834	73,383						
6	0,800	5,333	78,716						
7	0,667	4,447	83,162						
8	0,569	3,792	86,955						
9	0,512	3,412	90,366						
10	0,321	2,139	92,505						
11	0,288	1,919	94,423						
12	0,258	1,722	96,145						
13	0,241	1,609	97,754						
14	0,192	1,282	99,037						
15	0,145	0,963	100,000						

Módszer: Főkomponens analízis

Forrás: a szerzők szerkesztése SPSS programmal

A kutatás fő kérdése mellett a résztvevők motivációját és további tapasztalatait is vizsgáltuk. A motivációra vonatkozó kérdés esetében a válaszadók előre megadott lehetőségek közül tudták kiválasztani a rájuk jellemzőket (akár többet), valamint egyéb választ is megadhattak. Az állítások megfogalmazása Kingsley, Foemaker és Bailey (2019), valamint van Holstein (2017) munkái alapján történt. Ehhez hasonlóan előre megadott lehetőségek közül választva tudták megosztani a kitöltők, hogy milyen új tapasztalatokra, szemléletmódra tettek szert a kerttag-ság által. A kérdőív végén két opcionális, nyitott kérdéseken keresztül volt lehetőség további élmények és tapasztalatok megosztására.

2. táblázat: A minta megoszlása a fontosabb demográfiai változók szerint  
*The demographic background of the sample*

	A minta megoszlása	
	fő	%
Összes válaszadó	105	100
Nemek szerint		
Nő	81	77,1
Férfi	23	21,9
Egyéb	1	1,0
Életkor szerint		
18-25	2	1,9
26-35	21	20,0
36-45	26	24,8
46-55	28	26,7
56-65	8	7,6
65 év felett	20	19,1
Lakóhely régió szerint		
Közép-Dunántúl	2	1,9
Budapest	81	77,1
Pest	6	5,7
Észak-Magyarország	6	5,7
Észak-Alföld	6	5,7
Dél-Alföld	4	3,8
Legmagasabb iskolai végzettség szerint		
Középfokú végzettség érettségi nélkül	4	3,8
Középfokú végzettség érettségivel	27	25,7
Felsőfokú végzettség főiskolai vagy egyetemi diplomával	74	70,5

Forrás: a szerzők szerkesztése

A felmérésre összesen 105 érvényes válasz érkezett közösségi kerttagoktól. A kitöltők demográfiai hátterét a 2. táblázat mutatja be. A kitöltők 77,1%-a (81 fő) nő, 21,9%-a (23) férfi, emellett egy kitöltés (1%) érkezett az „egyéb” válaszlehetőségre is. Életkor szempontjából a legnagyobb arányban a 46-55 és a 36-45 éves korosztály képviselte magát, ahonnan 28, illetve 26 kitöltés érkezett. Az elért közösségi kertek területi eloszlásának megfelelően a válaszadók 77,1%-a (81 fő) budapesti lakóhellyel rendelkezik, míg a többi kitöltés nagyjából egyenletesen oszlik meg Észak-Magyarország, Észak-Alföld, Dél-Alföld, Közép-Dunántúl és Pest régiói között. A legmagasabb iskolai végzettséget tekintve túlnyomó többségben vannak a felsőfokú végzettséggel rendelkező kitöltők, akik a minta 70,5%-át (74 fő) jelentik, míg a válaszadók 25,7%-a (27 fő) jelölte, hogy a legmagasabb iskolai végzettsége középiskola érettségivel. Az adatok és a feldolgozott szakirodalom alapján (Bende 2016; Bende, Nagy 2016) egy tipikusnak nevezhető magyar közösségi kerttag középkorú budapesti nő, magas képzettséggel.

## Eredmények

### *Fogyasztói magatartásváltozás*

A beérkezett válaszok alapján a fogyasztókra általánosságban jellemző a magatartásváltozás. A résztvevők a közösségi kerttagság óta fenntarthatóbb szokásokat követnek, hiszen az állítások túlnyomó részében az „inkább jellemző” és „teljesen jellemző” lehetőséget többen jelölték meg a változás leírására, mint a másik hármat (3. táblázat). Az élelmiszerfogyasztás különböző aspektusai nem egyforma módon jelennek meg. Míg a legtöbb állításra igaz, hogy a fogyasztók átlagosan inkább jellemzőnek tartják a magatartásváltozást, pozitív és negatív irányban is két-két eset képez kivételt. A tej- és húsfogyasztási, valamint a biotermékek vásárlási szokásaira nincsen akkora hatással a közösségi kerttagság, mint a többi fenntartható élelmiszerfogyasztási szokás alakítására, hiszen ezen állítások esetében a „semleges” választ jelölték meg a legtöbben, és kiemelkedően sokan jelölték az „egyáltalán nem jellemző” lehetőséget is.

Az élelmiszerhulladékkal kapcsolatban közösségi kerttagság az átlagosnál is pozitívabb hatást mutat, hiszen a válaszadók közül a „külön gyűjtöm az élelmiszerhulladékot” és az „élelmiszerhulladékot hasznosítom” állítások esetében „teljesen jellemző” lehetőséget jelölték legtöbben. Ezek az eredmények egybehangzanak Kordon (2024) tanulmányával, aki szintén kiemelte, hogy az élelmiszerhulladék kezelésére a közösségi kertekben gyakran komposztálási lehetőséget biztosítanak, ami általában a városi lakosságnak egyébként nem áll rendelkezésére, így a résztvevők ezeket a szokásokat hamar elsajátítják. Emellett érdemes kiemelni, hogy a hulladék mennyiségének csökkentése azonban csak kisebb mértékben jellemző a résztvevőkre, pedig alapvetően ez szokott elsődleges célként megjelenni a hulladékkezelés fenntarthatóságának perspektívájában.

3. táblázat: Élelmiszerfogyasztási szokások változása a válaszadóknál  
*Changes in respondents' food consumption habits*

	Válaszok megoszlása (%)				
	Egyáltalán nem jellemző	Kevésbé jellemző	Semleges véleményen vagyok	Inkább jellemző	Teljesen jellemző
Kiegyensúlyozottabb, egészségesebb étrendet követek	2,9	6,7	35,2	42,9	12,4
Több zöldséget és gyümölcsöt fogyasztok	1,9	6,7	21,0	48,6	21,9
Kevesebb tejterméket és/vagy húst fogyasztok	21,0	17,1	33,3	15,2	13,3
Jobban odafigyelek, hogy helyi terméket vásároljak	8,6	6,7	33,3	41,0	10,5
Gyakrabban járok piacra, termelői piacra	8,6	20,0	28,6	31,4	11,4
Jobban odafigyelek, hogy szezonális terméket válasszak	1,9	5,7	21,9	58,1	12,4
Több bioterméket vásárolok	23,8	18,1	32,4	21,0	4,8
Kevesebb előre elkészített ételt fogyasztok	9,5	9,5	35,2	23,8	21,9
Többet főzök otthon	6,7	7,6	26,7	29,5	29,5
Tudatosabban megtervezem a bevásárlást, hogy később kevesebb ételt kelljen kidobni	4,8	1,9	31,4	33,3	28,6
Jobban odafigyelek, hogy az élelmiszereket elfogyasszam, mielőtt tönkremennek	3,8	4,8	18,1	41,0	32,4
Szívesebben elfogyasztom a kevésbé tökéletes külsejű élelmiszereket	6,7	4,8	21,9	46,7	20,0
Kevesebb élelmiszerhulladék keletkezik a háztartásban	5,7	5,7	22,9	39,1	26,7
Külön gyűjtöm az élelmiszerhulladékot a kommunális hulladéktól	8,6	8,6	18,1	25,7	39,1
Az élelmiszerhulladékot hasznosítom pl. komposztálással	8,6	8,6	17,1	22,9	42,9

Forrás: a szerzők szerkesztése

A közösségi kerttagságnak tehát valóban van magatartásformáló hatása az ételmeiszerfogyasztással kapcsolatban. A kutatás bizonyítja, hogy a nemzetközi szakirodalom (Kim 2017; Bródy, de Wilde 2020; Turner 2011) alapján állított feltételezések beigazolódnak a Magyarországon működő közösségi kertek esetében is. A tagok fenntarthatóbb fogyasztási szokásokat alakítanak ki a részvételnek köszönhetően. Az ételmeiszertermelésben való részvétel által gyűjtött tapasztalatok pozitív kihatással vannak a magyar városi lakosság fenntartható ételmeiszerfogyasztási szokásaira. Annak köszönhetően, hogy a résztvevők megtapasztalják az ételmeiszer termelésének folyamatát, több értéket látnak az ételmeiszerekben, mely következtében a fogyasztói magatartásuk is átalakul.

A tizenöt vizsgált ételmeiszerfogyasztási szokás alakulásáról készített faktoranalízis alapján a résztvevők között négyféle magatartástípus azonosítható (4. táblázat). Az első faktorba tartozó szokások a *tudatos ételmeiszerfogyasztással* hozhatók kapcsolatba. A termelési folyamatban való részvételnek köszönhetően az emberek pozitívabban állnak az ételmeiszerekhez, kevésbé tekintik azokat puszta árucikknek, helyette tudatosul, hogy ez egy természetes, élő folyamatnak az eredménye. Megtapasztalják a saját munkával megtermelt ételmeiszerek fogyasztásának örömét, így többet főznek otthon, tudatosan tervezik a bevásárlást, szezonális termékeket választanak. A második faktor a *helyi termékek* vásárlásával kapcsolatos. A fogyasztók jobban odafigyelnek, hogy helyi terméket vásároljanak, emiatt rendszeresen járnak termelői és helyi piacokra. Ezek a helyeken gyakran elérhetők biotermékek is. A harmadik faktorba tartozó szokások az *egészségesebb étkezéssel* vannak összefüggésben. A magatartástípust követő emberek legfontosabb szempontja az egészséges életmód kialakítása, étrendjüket ennek megfelelően állítják össze. Odafigyelnek arra, hogy több zöldség és gyümölcs kerüljön az asztalukra, és kevesebb előre elkészített ételt egyenek. A negyedik és egyben utolsó faktorba két *ételmeiszerhulladék újrahasznosításával* kapcsolatos fogyasztási szokás került: az ételmeiszerhulladék külön gyűjtése a kommunális hulladéktól, valamint annak hasznosítása. A kertek lehetőséget teremtenek a hasznosításra, továbbá az ételmeiszertermelés közben a résztvevők megtapasztalják a jótékony hatásokat is, amely motivációs tényezőt jelent az ételmeiszerhulladék kezelésével kapcsolatban.

4. táblázat: Rotált komponens mátrix  
Rotated component matrix

	Komponens			
	1. főkomponens Tudatos étel- szer-fogyasztás	2. főkomponens Helyi termékek preferálása	3. főkomponens Egészségesebb étkezés	4. főkomponens Élelmiszer-hul- ladék újrahasz- nosítása
Mióta közösségi kertben tevékenyke- dem, jobban odafigyelek, hogy az élelmiszereket elfogyasszam, mielőtt tönkre mennek	0,798	0,113	0,186	0,209
Mióta közösségi kertben tevékenyke- dem, tudatosabban megtervezem a bevásárlást, hogy később kevesebb ételt kelljen kidobni	0,770	0,158	0,254	0,050
Mióta közösségi kertben tevékenyke- dem, szívesebben elfogyasztom a ke- vésbé tökéletes külsejű élelmiszere- ket	0,663	0,066	0,089	0,157
Mióta közösségi kertben tevékenyke- dem, többet főzök otthon	0,657	0,153	0,471	-0,038
Mióta közösségi kertben tevékenyke- dem, kevesebb élelmiszerhulladék keletkezik a háztartásban	0,638	0,235	0,165	0,488
Mióta közösségi kertben tevékenyke- dem, jobban odafigyelek, hogy szezo- nális termékeket válasszak	0,556	0,485	0,102	-0,020
Mióta közösségi kertben tevékenyke- dem, jobban odafigyelek, hogy helyi terméket vásároljak	0,251	0,828	0,171	0,090
Mióta közösségi kertben tevékenyke- dem, gyakrabban járok piacra, ter- melői piacra	0,351	0,750	-0,145	-0,071
Mióta közösségi kertben tevékenyke- dem, több bioterméket vásárlók	-0,053	0,727	0,239	0,208
Mióta közösségi kertben tevékenyke- dem, kiegyensúlyozottabb, egészsé- gesebb étrendet követek	0,194	0,128	0,834	0,116

	Komponens			
	1. főkomponens Tudatos étel- szer-fogyasztás	2. főkomponens Helyi termékek preferálása	3. főkomponens Egészségesebb étkezés	4. főkomponens Élelmiszer-hul- ladék újrahasz- nosítása
Mióta közösségi kertben tevékenyke- dem, több zöldséget és gyümölcsöt fogyasztok	0,318	0,025	0,739	0,144
Mióta közösségi kertben tevékenyke- dem, kevesebb előre elkészített ételt fogyasztok	0,484	0,174	0,489	-0,162
Mióta közösségi kertben tevékenyke- dem, kevesebb tejterméket és/vagy húst fogyasztok	0,065	0,466	0,471	0,204
Mióta közösségi kertben tevékenyke- dem, külön gyűjtöm az élelmiszer- hulladékot a kommunális hulladéktól	0,095	0,078	0,109	0,921
Mióta közösségi kertben tevékenyke- dem, az élelmiszerhulladékot hasz- nosítom pl. komposztálással	0,144	0,094	0,063	0,893
Módszer: főkomponens analízis				
Rotáció: Varimax forgatási módszer Kaiser normalizációval. <sup>a</sup>				
a: Rotáció 7 iteráció alatt				

Forrás: a szerzők szerkesztése SPSS programmal

### Közösségi kert által kapott tudás és szemléletmód

A közösségi kertben való élelmiszertermelésen keresztül fontos tudást és szemléletmódot sajátítanak el a tagok, melyek elősegítik a magatartásformáló hatást. Az 5. táblázat ismerteti a válaszok megoszlását a szakirodalom (Kim 2017; Lloyd, Paige 2022) alapján előre megadott lehetőségek között. Azok a területek, melyeken a tagok a legnagyobb arányban mutattak fejlődést, az alábbiak voltak: „együttműködés, egymás segítése a feladatok ellátásában” (57,1%) és a „zöldségek és gyümölcsök szezonálisága” (57,1%). A közösség és a csapatmunka nagyon fontos szerepet tölt be a működésben, hiszen a résztvevők valamilyen szinten mindenképpen együtt kell, hogy dolgozzanak a siker és eredményesség érdekében, és sokat tudnak egymástól tanulni. Ezeket az eredményeket Zutter és Stoltz (2023) és Lloyd és Paige (2022) is kiemelik tanulmányukban. Emellett a válaszadók legalább fele jelölte, hogy a részvétel miatt jobban odafigyel a helyi adottságok kihasználására (54,3%), valamint a befektetett munkát és a gazdálkodókat jobban megbecsüli (50%). Ez fontos szemléletmódbeli változás, kifejezetten a vá-



rosi lakosság esetében. A válaszadók közül sokan részletesen leírták, hogy a kertészkedéssel kapcsolatban milyen sok új, gyakorlati tudásra tettek szert. Ilyen a kártevők elleni védekezés, talajjavítás, növénytársítások. Egy válaszadó megosztotta, hogy tapasztalata szerint általában az emberek nagyon tájékozatlanok az élelmiszertermeléssel kapcsolatban, és éppen ezért a gyerekek bevonását is fontosnak tartja a tevékenységekbe. A közösségi kerten keresztül megszerzett tudást a résztvevők tapasztalással sajátítják el, ami jóval hatékonyabban és eredményesebben tud működni a kizárólag elméleti oktatásnál (Lloyd, Paige 2022; Heim, Stang és Ireland 2009).

5. táblázat: „Milyen új tudásra, szemléletre tett szert a közösségi kerttagság által?”  
 "What new knowledge and attitudes have you gained from being a member of the community garden?"

	Válaszok eloszlása	
	Fő	%
Együttműködés, egymás segítése a feladatok ellátásában	60	57,1%
Zöldségek, gyümölcsök szezonálisága	60	57,1%
Helyi adottságok kihasználása	57	54,3%
Befektetett munka, gazdálkodók megbecsülése	52	49,5%
Élelmiszerek megbecsülése	40	38,1%
Ellenálló fajták használata	37	35,2%

Forrás: a szerzők szerkesztése

### Motivációk a közösségi kert részvételben

A közösségi kertben való részvétel motivációjára vonatkozó eredmények tükrözik a szakirodalomban foglaltakat (Kingsley, Foenander, Bailey 2019; van Holstein 2017). A 6. táblázatban látható, hogy a válaszadók milyen arányban jelölték meg motivációs tényezőként az egyes, szakirodalom (Kingsley, Foenander, Bailey 2019; van Holstein 2017) alapján előre megadott lehetőségeket. A válaszadók a „stresszkezelés, kikapcsolódás” (73,3%) és a „frissebb, egészségesebb élelmiszerhez szeretnék jutni” (60,6%) lehetőségeket jelölték meg a legnagyobb arányban. Az eredmények alátámasztják azt, hogy a kertben megtermelt mennyiség a valódi szükséglethez képest kevés, a mennyiség helyett inkább a minőség miatt termelnek. Egy válaszadó ezt így fogalmazta: „ezek kicsi területek, csupán a magunk örömeire termelünk, minimális mértékben járul hozzá az élelmiszerünkhöz”. Ezek a megállapítások megegyeznek Song et al. (2022) kutatásának eredményeivel, hogy a kertben megtermelt élelmiszer mennyisége miatt érdemben nem tud hozzájárulni az élelmiszerbiztonság javításához. A megkérdezettek szerint a gyakorlatban az a tapasztalat, hogy az élelmiszerek sokszor még többbe is kerülnek így, mint boltban vásárolva. Ez megmagyarázza, hogy a kerttagok közül miért csak kevesen jelölték az élelmiszerek árára vonatkozó motivációs tényezőt (20,6%). A saját magunk által

megtermelt élelmiszerek előnye azonban, hogy fogyasztóként jobban ismerjük a boltban vásárolt, feldolgozott termékekkel szemben, így könnyebb az egészséges étrend követése is (van Holstein 2017).

6. táblázat: Közösségi kert részvétel motivációi  
*Motivation of community garden participation*

	Válaszok eloszlása	
	Fő	%
Stresszkezelés, kikapcsolódás	77	73,3%
Frissebb, egészségesebb élelmiszerhez szeretnék jutni	64	60,6%
Szeretném, ha a családom/én közelebb jutnánk a természethez	51	48,6%
Közösség miatt, kapcsolatok építése	50	47,6%
Korábban is kertészkedtem, itt folytatam	36	34,3%
Olcsóbban szeretnék élelmiszerhez jutni	22	20,6%

*Forrás: a szerzők szerkesztése*

A résztvevők számára a közösségi kert láthatóan valódi kikapcsolódást nyújt, és a kertészkedésre hobbiként tekintenek. A közösségi kert lehetőséget nyújt a tagoknak, hogy a városi életmód mellett kapcsolódjanak a természethez, és ez is fontos motivációs tényezőként jelenik meg (47,6%).

Továbbá a kertek közösségépítő ereje is vonzó motivációs tényező a résztvevőknek. A résztvevők szeretnék egy közösségnek a tagjai lenni, és kapcsolatokat építeni hasonló gondolkodás módú emberekkel. Itt érdemes kiemelni, hogy a kutatás során elért közösségi kertek többségében (76,2%) a terület egyéni parcellákra van osztva, amit a tagok önállóan művelhetnek, valamint kisebb, közös gondozású terület is van. Magyarországon a közösségi kertek többségében ilyen működési forma figyelhető meg, ezt Bársony (2020) tanulmánya is alátámasztja. Motivációként tehát megjelenik a közösségépítés, de a valóságban eltérő tapasztalatok vannak az eredményességgel kapcsolatban. Ezt a megállapítást Bende (2017) tanulmánya is igazolja. A negatív tapasztalatokkal kapcsolatban több válasz érkezett arról, hogy a kertben sok a passzív tag, illetve a közösségi szemlélet hiánya gyakran előfordul. Néhány embert csak a saját parcellája érdekli, a közös munkavégzésben inkább kifogásokat keresnek. Egy válaszadó azt nyilatkozta, hogy a kertjükben nem tud igazi közösség kialakulni, melynek a tagok gyors cserélődése az oka. Ezzel szemben több válaszadó pozitívan nyilatkozott a közösségi kertben kialakult társaságról. A kertben egy összetartó közösség formálódik a tagok között, akik egymást segítik, tudásukat megosztják a többiekkel. Többen írták, hogy az emberek odafigyelnek egymásra, barátságok alakulnak ki. A kertekben gyakran rendeznek magas színvonalú közösségi programokat. A beérkezett adatokból látható, hogy az egyes közösségi kertek működése eltérhet egymástól.

### **Közösségi kert részvétel edukációs oldala**

A válaszadók által megosztott további tapasztalatok alapján a közösségi kertek a gyerekek nevelése szempontjából is különösen hasznosak. „A gyerekek megtapasztalhatják, hogyan lesz egy kis magból például retek vagy paradicsom, megtanulnak gondozni, dolgozni és felelősséget vállalni, akár csak egy kis növényért”, írta az egyik megkérdezett. Korábban ez főként a vidéki háztartások esetében természetes volt, azonban mára a városi gyerekek teljesen kimaradhatnak ebből az élményből, mely a későbbi életükben gyakorolt fogyasztási szokásaikat negatívan érinti. A válaszok alapján a gyerekek szeretnek a kertbe járni, megismerkedni a kertészkedéssel és a növénytermesztéssel, és szívesebben esznek olyan zöldséget és gyümölcsöt, amit korábban egyáltalán nem. A kapott eredmények megfelelnek Hanbazaza et al. (2015), megállapításainak, aki felhívja a figyelmet a gyermekkorban szokássá váló zöldség- és gyümölcsfogyasztás fontosságára. A kutatási eredmények alátámasztják azt, hogy minél korábban érdemes bevonni a gyermekeket ilyen jellegű tevékenységbe, és a közösségi kerteket oktatási céllal is lehet alkalmazni. Jelenleg már Magyarországon is vannak ilyen kezdeményezések, ahol óvodákban és iskolákban hoznak létre közösségi kerteket a gyerekek számára. Bársony (2020) tanulmányában említi, hogy az általa vizsgált kertek közül vannak, amiket iskolás és óvodás csoportok látogatnak, így hatással vannak a fiatal generáció környezeti nevelésére.

A kutatás eredményei alapján fontos kihangsúlyozni, hogy a közösségi kertekben való részvétel nem a megtermelt élelmiszer mennyisége miatt kínál fenntarthatóbb alternatívát a jelenlegi gyakorlatoknál. A kertekben megtermelt élelmiszer a válaszadók alapján hasznos, de kis mennyiségű. A közösségi kertek magatartásformáló szerepük miatt kiemelkedő jelentőségűek a fenntarthatóságban, hiszen olyan értékrendet közvetítenek a tagok számára, amely nagy hatással van a fogyasztási szokások kialakításában. Egy résztvevő így fogalmazott: „a parcellák túl kicsik az élelmiszerfogyasztás befolyásolására, inkább az ismeretek bővítésére, a mezőgazdasági munka megbecsülésére és a szabadban történő hasznos időtöltésre vannak hatással. A természet védelmének fontosságára ébresztenek rá. A családok együtt tevékenykednek, a gyerekek megismerik a terményeket, a természet változásait. Szemléletváltás történik.” A közösségi kertek segítenek ellensúlyozni a városi lakosság elidegenedését az élelmiszertermeléstől, amely az egyre gyorsuló urbanizáció miatt komoly fenyegetést jelent a jövőben.

### **A közösségi kertek szerepe a városi térben**

Az eredmények megfelelnek a szakirodalom megállapításainak, és alátámasztják azt, hogy a közösségi kerteknek fontos funkciója van a városi térben. A megkérdezettek közül többen említették, hogy a közösségi kert számukra nagyszerű lehetőség biztosít a természetben való produktív időtöltésre, amire egyébként

saját kert vagy telek híján nem lenne módjuk. Emellett a válaszadók egy része megerősítette azt, hogy a helyi közösség építésére kiválóan alkalmas a közösségi kert, ahogyan azt Kordon (2024) és Bársony (2020) kutatásai is bemutatták. Többen megosztották, hogy a kertben színvonalas közösségi programokat szerveznek, például újrakezdést, szülinapi bulit a gyerekeknek, és igazán jó barátságok alakulnak ki a résztvevők között. Összességében tehát a közösségi kertek egy olyan kapcsolódási lehetőséget nyújtanak a résztvevőknek, ahol a kertészkedésen keresztül új dolgokat tanulhatnak, és fenntartható szemléletmódot sajátíthatnak el, ami a fogyasztási szokásaikat is fenntarthatóbb irányba fordítja. Emellett érdemes kiemelni, hogy a tagok szabadidejüket társaságban töltik, egy közösség tagjaként. A közösségi kertek egy helyszínt teremtenek, ahol az emberek megismerkedhetnek a környéken élővel, és barátságok alakulhatnak ki.

### Korlátok

A kutatás egyik fő korlátját a „társadalmi kívánatosság” (*social desirability*) jelenti. Ez a jelenség gyakran előfordul a fenntarthatósággal kapcsolatos kutatásokban, hiszen igen nehéz kiküszöbölni. A résztvevők hajlamosak saját tevékenységeiket, fogyasztói szokásaikat fenntarthatóbbnak értékelni, mint valójában. Ennek oka, hogy a kitöltők tisztában vannak azzal, hogy mi a társadalmilag kívánatos viselkedés, így magukat is szívesebben helyezik el ebben a szerepben. Emellett a kutatás témájából és mintájából adódóan felmerülhet a kérdés, hogy közösségi kerttagság és a fenntartható ételmiszerfogyasztási szokások alakulása között valóban ok-okozati, vagy inkább egy korrelációs kapcsolat van. A korrelációs kapcsolat magyarázata az lehet, hogy a közösségi kertben alapvetően olyan emberek vesznek részt, akik fontosnak tartják a környezetvédelmet és a fenntarthatóságot. Jelen kutatás célja a közösségi kerttagság hatásának vizsgálata az ételmiszerfogyasztási szokások alakulásában. Ennek megfelelően a kérdőívben a válaszadókat arra kértük, hogy a tagság előtti és az azóta követett szokásaikat hasonlítsák össze, majd jelöljék, hogy a fenntartható irányba történő változás mennyire jellemző rájuk. Ez alapján feltételezhető, hogy az eredmények valóban ok-okozati kapcsolatot mutatnak, miközben nem szabad figyelmen kívül hagyni, hogy egy alapvetően is fenntartható szokások kialakítására nyitottabb csoportot vizsgáltunk.

### Összegzés

A kutatás eredményei alátámasztják azt, hogy a közösségi kertekben való részvétel jelentősége a fenntarthatóságban azért kiemelkedő, mivel az ételmiszertermelésen keresztül motiválja a tagokat a fenntarthatóbb ételmiszerfogyasztási szokások kialakításában. A kerthez való csatlakozás óta a tagok kiegyensúlyozot-

tabb, egészségesebb étrendet követnek, és tudatosabb fogyasztói döntéseket hoznak. Ennek oka az a szemléletváltás, ami az élelmiszertermelési tevékenységekben való részvételnek köszönhetően alakul ki a résztvevőkben. Az ellátási rendszer passzív tagjaiból a termelési folyamat aktív részeseivé válnak. Így megtapasztalják az élelmiszerek környezeti értékét, és ennek megfelelően fenntarthatóbb fogyasztási szokásokat követnek. Az élelmiszerhulladékkal kapcsolatban kifejezetten nagy változás tapasztalható, hiszen a többség külön gyűjti és hasznosítja azt. Vannak azonban olyan fogyasztási szokások is, melyekre a közösségi kerttagság csak jóval kisebb mértékben tud hatni. Ilyen a biotermékek vásárlása, valamint a tejtermékek és a hús fogyasztása. Ebből arra következtethetünk, hogy napjaink legjellemzőbb élelmiszerfogyasztási trendjeit kevésbé tudja befolyásolni a közösségi kerttagság, de összességében a magatartásformáló hatása jelentős.

A befektetett munka és a gazdálkodók megbecsülése az egyik legfontosabb gondolat, amelyet a közösségi kert átad a tagok számára. Ennek köszönhetően a résztvevők értékrendje megváltozik, és ez kedvező hatással van az élelmiszerfogyasztási szokásokra. A kertben való tevékenységen keresztül a városi lakosság számára is elérhetővé válik az élelmiszertermelés, ami friss, egészséges ételkészítéssel látja el a résztvevőket, és kikapcsolódási lehetőséget biztosít számukra. A kertnek és az élelmiszertermelésnek az edukációs szerepe is lényeges. Fontos, hogy ezt a szemléletmódot és értékrendet a városi gyerekek is minél hamarabb elsajátítsák, hogy később ennek megfelelően cselekedjenek.

A belülről fakadó motiváció kulcsfontosságú a fenntartható fogyasztói szokások kialakításában, amely nélkül nem lehet tartós változást elérni. A tanulmány arra szeretné felhívni a figyelmet, hogy a közösségi kertek milyen meghatározó szerepet játszanak a belső motiváció kialakításában. A közösségi kertben való részvétel igazi hozzáadott értéke a fenntarthatóság szempontjából az, hogy *közelebb hozza a városi lakosságot a valódi élelmiszertermelési folyamatokhoz*. Ennek köszönhetően pedig a tagok élelmiszerfogyasztási szokásai fenntarthatóbb irányba változnak. A számos pozitív hatást látva egyértelmű, hogy a közösségi kertben való részvétel lehetőségét minél több városi lakos számára meg kell teremteni a jövőben, hogy az urbanizációval járó negatív hatásokat ellensúlyozni tudjuk. A jövő fenntartható városainak kialakításában a közösségi kerteknek lényeges szerepe van.

### Köszönetnyilvánítás

Jelen kutatás a Kulturális és Innovációs Minisztérium ÚNKP-23-1-I-CORVINUS-75 kódszámú Új Nemzeti Kiválóság Programjának a nemzeti kutatási, fejlesztési és innovációs alapból finanszírozott szakmai támogatásával készült.

## Irodalom

- Alaimo, K., Packnett, E., Miles, R. A., Kruger, D. J. (2008): Fruit and vegetable intake among urban community gardeners. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 2., 94–101. <https://doi.org/dx6gf7>
- Bársony F. (2020): Városi közösségi kertek Magyarországon. *Tér és Társadalom*, 1., 140–159. <https://doi.org/pncv>
- Bauerné Gáthy, A., Kovácsné Soltész, A., Szűcs, I. (2022): Sustainable consumption – examining the environmental and health awareness of students at the University of Debrecen. *Cogent Business & Management*, 1. <https://doi.org/pncw>
- Bende Cs. (2016): A közösségi kertek, mint a nagyvárosi dzsentifikációs folyamatok produktumai? A budapesti Leonardo kert esete. *Településföldrajzi Tanulmányok*, 2., 38–52.
- Bende Cs. (2017): Szeged lakótelepeinek közösségfejlesztése közösségi kertekkel. *Településföldrajzi Tanulmányok*, 1., 24–40.
- Bende Cs., Nagy G. (2016): Közösségi kertek Szegeden – empirikus vizsgálatok és esettanulmányok. *Földrajzi Közlemények*, 1., 55–72.
- Bendt, P., Barthel, S., Colding, J. (2013): Civic greening and environmental learning in public-access community gardens in Berlin. *Landscape and Urban Planning*, 1., 18–30. <https://doi.org/f22vhd>
- Benedek Zs., Balázs B. (2014): Az élelmiszertermelés relokalizációjának térbeli-társadalmi különbségei Magyarországon. *Tér és Társadalom*, 4., 63–76. <https://doi.org/fr6c>
- Blair, D., Giesecke, C. C., Sherman, S. (1991): A dietary, social and economic evaluation of the Philadelphia urban gardening project. *Journal of Nutrition Education*, 4., 161–167. <https://doi.org/gg2vpv>
- Bródy, L., de Wilde, M. (2020): Cultivating food or cultivating citizens? On the governance and potential of community gardens in Amsterdam. *Local Environment*, 3., 243–257. <https://doi.org/gjmvwq>
- Csutora, M., Vetőné Mózner, Zs. (2014): Consumer income and its relation to sustainable food consumption—obstacle or opportunity? *International Journal of Sustainable Development & World Ecology*, 6., 512–518. <https://doi.org/gwhcbz>
- Dolley, J., Howes, M. J. (2024): The role of community gardens in achieving UNSDG 11, Target 7: Safe, inclusive and accessible green and public spaces. *Australian Planner*, 3–4., 1–17. <https://doi.org/pncx>
- Dörnyei K. (2008): Bioélelmiszer fogyasztási szokások: Szegmentálás és a bizalom fontossága. *Marketing & Menedzsment*, 4., 34–42.
- Eker, S., Reese, G., Obersteiner, M. (2019): Modelling the drivers of a widespread shift to sustainable diets. *Nature Sustainability*, 8., 725–735. <https://doi.org/gf5kmm>
- Firth, C., Maye, D., Pearson, D. (2011): Developing “community” in community gardens. *Local Environment*, 6., 555–568. <https://doi.org/b8rd4d>
- Gray, T., Tracey, D., Truong, S., Ward, K. (2022): Community gardens as local learning environments in social housing contexts: participant perceptions of enhanced wellbeing and community connection. *Local Environment*, 5., 570–585. <https://doi.org/gwmzpr>
- Guitart, D., Pickering, C., Bryne, J. (2012): Past results and future directions in urban community gardens research. *Urban Forestry & Urban Greening*, 4., 364–373. <https://doi.org/gf42m6>
- Hanbazaza, M. A., Triador, L., Ball, G. D., Farmer, A., Maximova, K., Alexander First Nation, Willows, N. D. (2015): The impact of school gardening on Cree children's knowledge and attitudes toward vegetables and fruit. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, 3., 133–139. <https://doi.org/f7nztq>
- Heim, S., Stang, J., Ireland, M. (2009): A garden pilot project enhances fruit and vegetable consumption among children. *Journal of the American Dietetic Association*, 7., 1220–1226. <https://doi.org/dtgc5>
- Hoek, A. C., Malekpour, S., Raven, R., Court, E., Bryne, E. (2021): Towards environmentally sustainable food systems: Decision-making factors in sustainable food production and consumption. *Sustainable Production and Consumption*, 26., 610–626. <https://doi.org/gpc8qd>

- Holland, L. (2004): Diversity and connections in community gardens: A contribution to local sustainability. *Local Environment*, 3., 285–305. <https://doi.org/c23cpq>
- Hume, C., Grieger, J. A., Kalamkarian, A., D'Onise, K., Smithers, L. G. (2022): Community gardens and their effects on diet, health, psychosocial and community outcomes: A systematic review. *BMC Public Health*, 1., 1247. <https://doi.org/pncz>
- Inzsöl R. (2021): Az élelmiszertermelés relokalizációjának térbeli különbségei és változásuk Magyarországon a XXI. század elején. *Tér és Társadalom*, 1., 54–71. <https://doi.org/pnc2>
- Kim, J. (2017): Fostering behaviour change to encourage low-carbon food consumption through community gardens. *International Journal of Urban Sciences*, 3., 364–384. <https://doi.org/gg2qdd>
- Kingsley, J., Foenander, E., Bailey, A. (2019): 'You feel like you're part of something bigger': Exploring motivations for community garden participation in Melbourne, Australia. *BMC Public Health*, 1., 1–12. <https://doi.org/gg2qdf>
- Kirby, E. (2008): Seeing green. In: Kirby, E., Peters, E. (eds.): *Community gardening*. Brooklyn Botanic Garden, 6–18.
- Kollmuss, A., Agyeman, J. (2002): Mind the gap: Why do people act environmentally and what are the barriers to pro-environmental behavior? *Environmental Education Research*, 3., 239–260. <https://doi.org/ftq7c4>
- Kordon, S. (2024): Cultivating benefits: A review of the types of community gardens enhancing urban life. In Gül, A.D. (eds): *Climate Change, Carbon Management and Green Space Systems in Architectural Sciences*. IKSAD, 340–369.
- Kovács, I., Balázsné Lendvai, M., Beke, J. (2022): The importance of food attributes and motivational factors for purchasing local food products: Segmentation of young local food consumers in Hungary. *Sustainability*, 6., 3224. <https://doi.org/gv6pt3https://kozosszekertek.hu/Letoltés:2025.01.10.>
- Kuslits B., Kocsis T. (2019): Visszatérés a piachoz. A fenntartható élelmiszerfogyasztás Budapesten. *Magyar Tudomány*, 6., 884–893. <https://doi.org/gf3kmt>
- Leitzmann, C. (2003): Nutrition ecology: The contribution of vegetarian diets. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 3., 657S–659S. <https://doi.org/gnj2zz>
- Lin, B. B., Bichier, P., Liere, H., Egerer, M., Philpott, S. M., Jha, S. (2024): Community gardens support high levels of food production, but benefit distribution is uneven across the gardener community. *Sustainability Science*, 6., 2013–2026. <https://doi.org/pnc4>
- Lloyd, D., Paige, K. (2022): Learning science locally: Community gardens and our future. *Frontiers in Education*, 850016. <https://doi.org/pnc5>
- Milbourne, P. (2021): Growing public spaces in the city: Community gardening and the making of new urban environments of publicness. *Urban Studies*, 14., 2901–2919. <https://doi.org/gnxwcm>
- Moomaw, W., Griffin, T., Kurczak, K., Lomax, J. (2012): *The CRITICAL ROLE of Global Food Consumption Patterns in Achieving Sustainable Food Systems and Food for All: A UNEP Discussion Paper*. United Nations Environment Programme, Division of Technology, Industry and Economics, Paris
- Mózner, Zs. V., Csutora, M. (2013): Designing lifestyle-specific food policies based on nutritional requirements and ecological footprints. *Sustainability: Science, Practice and Policy*, 2., 48–59. <https://doi.org/pnc6>
- Neulinger Á., Birtalan I. L. (2021): Élelmiszer-igazságosság, avagy hogyan lehet igazságos az élelmiszerrendszer a termelőtől a fogyasztó asztaláig? *Szociológiai Szemle*, 2., 85–107. <https://doi.org/pnc7>
- Neulinger Á., Bársony F., Gjorevska N., Lazányi O., Pataki G., Takács S., Török A. (2020): Fogyasztói jóllét a hazai alternatív élelmiszerellátási hálózatokban. *Marketing & Menedzsment, Különszám* 3., 55–64. <https://doi.org/pnc8>
- Nyers S. (2024): BBM Kertek: Egy társadalmi szervezet szociális kert kísérletének tapasztalatai. *Szociális Szemle*, 1., 65–73. <https://doi.org/pnc9>
- Reisch, L., Eberle, U., Lorek, S. (2013): Sustainable food consumption: An overview of contemporary issues and policies. *Sustainability: Science, Practice and Policy*, 2., 7–25. <https://doi.org/gdzrzm>
- Schmeller D. (2023): Élmények a zöldfelületeken: A megélt tér különbségei Stockholmban. *Területi Statisztika*, 2., 234–266. <https://doi.org/pndb>



- Schultz, W. P. (2014): Strategies for promoting proenvironmental behavior. *European Psychologist*, 2., 107–117. <https://doi.org/f54wrh>
- Song, S., Lim, S. M., Richards, D. R., Tan, H. T. (2022): Utilization of the food provisioning service of urban community gardens: Current status, contributors and their social acceptance in Singapore. *Sustainable Cities and Society*, 7., 103368. <https://doi.org/pndc>
- Stocker, L., Kate, B. (1998): The significance and praxis of community-based sustainability projects: Community gardens in western Australia. *Local Environment*, 2., 179–189. <https://doi.org/fccgtd>
- Szakály, Z. (2024): A fenntartható élelmiszer-fogyasztás összefüggései. *Táplálkozásmarketing*, 1., 3–22. <https://doi.org/pndd>
- Turner, B. (2011): Embodied connections: sustainability, food systems and community gardens. *Local Environment*, 6, 509–522. <https://doi.org/b7rkrh>
- van Holstein, E. (2017): Relating to nature, food and community in community gardens. *Local Environment*, 10., 1159–1173. <https://doi.org/gfvs47>
- Vetőné Mózner Zs (2014): A fenntartható élelmiszerfogyasztás lehetőségei. *Magyar Tudomány*, 6., 730–739.
- Vetőné Mózner Zs, Szűcs Zs. (2024): Táplálkozás a fenntarthatóság jegyében. A hazai élelmiszer-fogyasztás ökológiai lábnyoma: Realitás és ajánlás. *Magyar Tudomány*, 10., 1349–1359. <https://doi.org/pndg>
- Zutter, C., Stoltz, A. (2023): Community gardens and urban agriculture: Healthy environment/healthy citizens. *International Journal of Mental Health Nursing*, 6., 1452–1461. <https://doi.org/gsdjcp>

## Függelék

A kutatásban során a 7. táblázatban szereplő közösségi kertek vállalták, hogy a kérdőívet megosztják tagjaikkal.

7. táblázat: A kérdőív megosztásához hozzájáruló közösségi kertek listája  
*List of community gardens willing to share the questionnaire with participants*

Közösségi kert	Elhelyezkedés	Alapítás éve	Megművelt terület (m <sup>2</sup> )
Albertfalvai Közösségi Kert	Budapest, XI. kerület	2015	250
Avasi Paradicsom Közösségi Kert	Miskolc	2017	252
Dorottya Kert	Budapest, XXII. kerület	2017	2 000
Első Egri Közösségi Kert	Eger	2013	2 500
Első Kis-Pesti Kert	Budapest, XIX. kerület	2012	640
Fraknó Közösségi Kert	Budapest, XI. kerület	2018	260
Hengermalom Közösségi Kert	Budapest, XI. kerület	2017	250
Ibis Healing Garden	Budapest, IX. kerület	2018	130
Kelenkert	Budapest, XI. kerület	2013	400
Kisdíófa Közösségi Kert	Budapest, VII. kerület	2016	450
Őrmezei Közösségi Kert	Budapest, XI. kerület	2013	300
Parti Kert	Budapest, XXII. kerület	2013	1 000
Pompás Kert	Pomáz	2021	250
Rózsa Közösségi Kert	Budapest, VI. kerület	2021	300
Saskert	Budapest, XI. kerület	2014	400
Széchenyiváros Közösségi Kert	Kecskemét	2018	800
Tolnai Közösségi Kert	Budapest, VIII. kerület	2014	40,5
Vackor Közösségi Kert	Békéscsaba	2019	803
Vénkerti Közösségi Kert	Debrecen	2020	130
Zápor Kert	Budapest, III. kerület	2016	184
Zöldpalota	Budapest, XV. kerület	2015	n/a
Zugkert	Budapest, XIV. kerület	2014	800

Forrás: [kozossegikertek.hu](http://kozossegikertek.hu) alapján a szerzők szerkesztése