

# 活動計畫書

## 「懂吃懂吃—年夜飯改造行動」微型展培訓營

### 一、 活動目的：

臺博館自 105 年起推出「永續年夜飯計畫」，宣導永續海鮮與環境議題，並推廣友善環境消費方式及節慶文化，將生物多樣性保育行動結合環境教育、永續教育，不僅是臺灣再造永續節慶文化的創新作為，更可作為國際博物館社群面對環境變遷議題時的實踐範例。

另，因應「十二年國民基本教育課程綱要總綱」(簡稱 108 課綱)強調學生的自主學習與多元發展，博物館作為重要公共教育場域應提供學子多元學習資源。為呼應 SDG4「優質教育」、SDG13「氣候變遷對策」，本計畫欲鼓勵能動性最高的青年族群展開節慶飲食習俗的氣候行動，以家庭為單位、因應各種永續餐桌議題與相關行動指標，配合 108 課綱需求規劃講座課程與行動方案，預計相關投稿素材以成果微型展形式進一步推廣給大眾。

### 二、 活動內容：

#### (一)「懂吃懂吃—年夜飯改造行動」徵件與微型展示計畫

##### 1. 活動期程

日期	工作項目
12月21、28、29日	辦理講座與說明會
1月5日	截稿
1月16日	微型展示輸出製作完成(視環保署補助情形調整)
1月18日至2月2日	微型展示期間(預計於南門館荷造場辦理)

##### 2. 內容規劃

- (1) 以「年夜餐桌永續量表」檢視 2018-2019 年年夜飯內容的永續程度，完成該量表的評量；評量項目包含：減塑、惜食、減少碳足跡、友善環境食材、傳承在地文化等五項。
- (2) 為 2020 年設計至少一道的永續年菜，須至少符合上述五項指標中的兩項，將此永續年菜的內容(含預計使用的食材、製作方法、食譜)以 250-300 字說明文字與影像 3 張(需有 1 張過去的年菜桌菜照片或菜單照片)為投稿素材。
- (3) 過年期間須以照片和社群平台貼文紀錄實踐情形。
- (4) 參與培訓營課程至少一場、且參加投稿之學員可獲得證書乙紙與永續年菜試吃記者會入場券乙份，並參加抽獎活動。

3. 宣傳對象：中等學校至大專院校在學生。

4. 預計徵件數量：15 件。

## (二)演講與座談

### 1. 時程表

日期	時間	主題	與談人/主講人
12/21 (六)	14:00-14:50 (50分鐘)	〔講座〕桌上海鮮的危機與轉機—改造餐桌從認識食物開始	1. <b>海洋生態與漁業管理政策：</b> 郭庭君／國立臺灣海洋大學海洋事務與資源管理研究所助理教授、「滔滔海洋知識社群」創辦人
	14:00-16:50 14:50-15:40 (50分鐘)		2. <b>養殖漁業與在地文化：</b> 鄭肇祺／國立臺東大學文化資源與休閒產業學系助理教授
	15:40-16:30 (50分鐘)		3. <b>綜合問答與說明：</b> 郭庭君、鄭肇祺
	16:30-16:50	「懂吃懂吃」行動說明會	
12/28 (六)	13:00-16:30	〈怒海控塑〉(A Plastic Ocean)電影放映與座談	1. 王涵／美國在臺協會(AIT)環境科技衛生官 2. 海龜姊姊馮加伶／中央研究院生物多樣性研究中心博士生 *本場次預計與 AIT 合辦、並由 AIT 支應講座費用
	16:30-16:50	「懂吃懂吃」行動說明會	
12/29 (日)	10:00-12:00	〔座談〕建構永續農食系統：Build up！我們需要的感知能力與知識系統	1. <b>國內外案例分享：</b> 陳其農／格外有意思&舞春食農工作室創辦人、英國卡迪夫大學食物政治與永續學程碩士 2. <b>臺灣剩食問題與家庭行動方案：</b> 賴曉芬／主婦聯盟環境保護基金會董事長
	12:00-12:20	「懂吃懂吃」行動說明會	

- 2 地點：12/21 於本館三樓自然教室，其餘兩場於土銀展示館三樓簡報室
- 3 費用：免費，但需購票入館
- 4 報名：本館網站線上報名 60(12/21)、70(其餘兩場)人，現場報名 20 人(活動前 30 分鐘受理)
- 5 參加者核發公共服務時數、環境教育時數、公務人員終身學習時數
- 6 聯絡人：教育推廣組方慧詩、張品柔 分機 466、408

### (三)講者簡介

#### 〔講座〕桌上海鮮的危機與轉機—改造餐桌從認識食物開始

1. **海洋生態與漁業管理政策**：郭庭君／國立臺灣海洋大學海洋事務與資源管理研究所助理教授、「滔滔海洋知識社群」創辦人  
曾任國際區域性漁業組織混獲物種保育臺灣團科學家代表，博士時期的研究主題為野生動物貿易與海馬的貿易與漁業，透過數據分析與科學方法提供政策建議。研究興趣為人類行為對生物多樣性的影響，目前研究主題主要為漁業混獲(bycatch)中包含的保育類物種與相關漁業管理政策。自 2016 年與台博館合作永續年夜飯活動的學術主題規劃。
2. **養殖漁業與在地文化**：鄭肇祺／國立臺東大學文化資源與休閒產業學系助理教授  
專長領域為經濟人類學、環境人類學、飲食文化、農漁業、產業鏈、社區營造、文化觀光等。研究主題包含兩岸水產貿易、臺灣水產養殖者、貿易管理及永續性，主張對多元文化及生態的尊重，擅長以人類學視角解析產業、科技與生活文化的連結，近年常以臺灣主要的水產養殖魚種吳郭魚與虱目魚為撰文主題。

#### 〔座談〕建構永續農食系統：Build up！我們需要的感知能力與知識系統

3. **食農教育革命與國外食物協會案例分享**：陳其農／格外有意思&舞春食農工作室創辦人、英國卡迪夫大學食物政治與永續學程碩士  
曾擔任本館「小小神農氏」計畫之講師與專案規劃、2018 年臺博館永續年夜飯「永續糧食與農業科技」論壇主持人。擅長以社會學背景分析農業政策、食農教育與都市發展之關係，熟稔臺灣食農界 NGO 網絡中的互動關係與近年興起的食農教育行動計畫，近年來研究主題聚焦在臺灣與歐美國家之食農教育之比較。
4. **臺灣剩食問題與家庭行動方案**：賴曉芬／主婦聯盟環境保護基金會董事長  
對於環境議題與社會議題連結有深刻了解，並且致力於環境行動之倡議。2019 年臺博館永續年夜飯計畫邀請主婦聯盟環境保護基金會同仁擔任論壇與談人，從非洲豬瘟新聞帶入臺灣剩食議題，並提出計畫性採購和料理、多利用格外品、妥善保鮮、吃在地當季等方式，鼓勵民眾減少食物浪費。

## 附件、年夜飯永續指標 20 項

### I. 減塑 (4 項)

- 購買裸賣的蔬果、而非有包裝的蔬果
- 購買食材時自備購物袋、而非使用商家提供的塑膠袋
- 自行烹煮或購買現成菜餚時自備容器盛裝
- 享用年菜時使用可再使用之餐具、而非一次性餐具

### II. 惜食 (5 項)

- 依照人數與需求，事前擬訂食材或現成菜餚的採購計畫
- 烹調時善用食材的每一部份 (蔬果全株利用、全魚利用或全雞鴨利用)
- 當餐內完食整桌食物，或當餐未完食的食物於下一餐以新方式烹調成二次美食
- 多餘的食物 (含未使用的食材) 分享給親友或社區內有需要的人
- 廚餘量較前一年減少

### III. 減少碳足跡 (2 項)

- 使用臺灣在地食材、減少進口食材
- 自行烹煮的年菜比例較前一年增加

### IV. 友善環境 (6 項)

- 使用認證食材 (包含農委會產銷履歷、有機認證、各類永續漁業認證等)
- 使用當季食材
- 使用綠色保育標章認證之食材、保護當地野生動物
- 食用認識的農夫生產的蔬果、且其生產過程已知盡量減少對環境負荷
- 蔬食菜餚比例增加 (包含全蔬食年夜飯)
- 食用之海鮮為《臺灣海鮮選擇指南》之綠色物種、或海鮮以蔬食取代

### V. 傳承在地文化 (3 項)

- 包含至少一道菜餚與農曆新年習俗或吉祥話有關
- 包含至少一道菜餚與用在地食材或在地烹煮方式
- 家庭中的晚輩向長輩學習並實際參與烹煮年菜