

財團法人主婦聯盟環境保護基金會
「低碳生活・實踐淨零」募款計畫結案報告

一、目的

主婦聯盟環境保護基金會在台灣扎根逾 35 年，長期推動「生活環保」，用「生活轉型」的方式促使大眾友善環境，特別是面對日益嚴重的氣候變遷。

2018 年的聯合國氣候峰會 COP 24 中，提出了「The people's Seat / 人民的席位」的概念，提醒人們應該在氣候變遷議題上身體力行實踐，並且大聲地對政府、對全世界一起喊出「Act Now」

畢竟人們的生活方式對地球有著深遠的影響，生活中的每一個選擇都攸關環境。例如人們在地球上所使用的能源、食物、交通行為，皆會產出大量的溫室氣體排放；大量排碳的煙囪下，工廠裡也生產著人們生活所需的一切。

所以當你每天醒來，面對能源、面對通勤、面對飲食的時候，你已經在製造碳排，因此透過「生活轉型」來活出全新的「低碳生活」是非常迫切的；同時也希望每個關心環境的夥伴，在自己走過的每一個角落，透過「實踐淨零」為這地球、為台灣這片土地具體落實友善環境的行動。

最後，也邀請社會大眾共同透過捐款，加入主婦聯盟的淨零減碳倡議之路，共同為我們投入 2050 淨零政策倡議、研究，提供重要的支持！

減碳絕對不是一個可有可無的議題，而是你我都要一起來參與的行動！

二、募款期間

募款活動期間：2024 年 1 月 1 日～2024 年 12 月 31 日

募款所得執行期間：2024 年 1 月 1 日～2025 年 12 月 31 日

三、許可文號

衛部救字第 1121364609 號

四、捐款專戶

台灣銀行公館分行 004/034-001-007039

五、募款活動期間所得及收支：

經費使用期限：2024 年 1 月 1 日～2025 年 12 月 31 日

本報告統計期間：2024 年 1 月 1 日至 2025 年 12 月 31 日止

類別	項目	金額	備註
收入	捐款收入	603,830	
	利息收入	2,625	113/1~114/12
	收入小計	606,455	
支出	食農/能源環境教育課程講座	158,896	
	環境教育志工培訓	45,035	
	Podcast 節目製作與宣傳	20,000	
	宣傳行銷	72,627	
	議題專案執行	181,772	
	會務	71,129	
	募款活動必要支出	56,996	
	支出小計	606,455	
收支結餘		0	

單位：新台幣元

六、執行內容

1. 募款活動摘要

l. 線上社群網路媒體推廣工作

i. 社群媒體宣傳

將「低碳生活」的概念與行動，做成各種宣傳素材，並以專業平面設計規劃，產出各種圖、文、影像等宣傳素材，透過社群媒體等網路管道，推廣本計劃理念，同時於文末露出捐款連結，邀請大眾透過捐款，加入低碳生活的倡議行列。

(以下圖例)

熱得受不了!

應對高熱天氣，
主婦聯盟的三項建議

- 都市規劃應保留城市風廊。
- 官員帶頭改變，創造適合炎夏的正裝風格。
- 室外工作應有配套，避免勞工熱傷害。

西布特羅 (Cimbutero)，迄今尚未找到來源，整個追查狀況，如同羅生門一般，也被民眾戲稱為「豬肉門」。

能夠確定的是，被台中驗出那包梅花豬肉，經由食藥署複驗後，是真的含有瘦肉精。

不過，究竟瘦肉精從何而來？

瘦肉精一般來說會添加到飼料中，這樣一來，該農場所出品的豬不會只有一隻含有瘦肉精；另外，當一隻豬的梅花肉被驗出瘦肉精，該隻豬的其他部位肉品，例如五花肉、里肌肉、腰內肉等等，特別是內臟更難以倖免。

可見得，這一個追查，不僅是要針對該農產品項的梅花肉檢驗，更得大規模的追查所有被分裝出去的其他品項與加工品。是否是在宰殺、分肉包裝等過程被污染？又或是包裝時被參雜了如進口豬隻等其他來源？這樣一來，CAS 標章還能被信賴嗎？

政府應儘速查驗，了解事情真相

雖然目前相關的新聞已經冷卻許多，但是為求讓大眾有個健康安心的龍年，呼籲政府相關單位儘速查驗、釐清事情的真相。

應深化生產者食農教育，避免不安全用藥

這次事件更再次突顯食農教育落實需更加強化，不僅針對消費者端的農產品辨別；養殖、種植、用藥的生產者端，亦須著重深化。

透過最實際的捐款，支持主婦聯盟【低碳生活·實踐淨零】的行動倡議：<https://reurl.cc/nqA4x1> 顯示較少

豬肉羅生門

應儘速查明事實真相
深化生產端食農教育

西布特羅 (Cimbutero)，迄今尚未找到來源，整個追查狀況，如同羅生門一般，也被民眾戲稱為「豬肉門」。

能夠確定的是，被台中驗出那包梅花豬肉，經由食藥署複驗後，是真的含有瘦肉精。

不過，究竟瘦肉精從何而來？

瘦肉精一般來說會添加到飼料中，這樣一來，該農場所出品的豬不會只有一隻含有瘦肉精；另外，當一隻豬的梅花肉被驗出瘦肉精，該隻豬的其他部位肉品，例如五花肉、里肌肉、腰內肉等等，特別是內臟更難以倖免。

可見得，這一個追查，不僅是要針對該農產品項的梅花肉檢驗，更得大規模的追查所有被分裝出去的其他品項與加工品。是否是在宰殺、分肉包裝等過程被污染？又或是包裝時被參雜了如進口豬隻等其他來源？這樣一來，CAS 標章還能被信賴嗎？

政府應儘速查驗，了解事情真相

雖然目前相關的新聞已經冷卻許多，但是為求讓大眾有個健康安心的龍年，呼籲政府相關單位儘速查驗、釐清事情的真相。

應深化生產者食農教育，避免不安全用藥

這次事件更再次突顯食農教育落實需更加強化，不僅針對消費者端的農產品辨別；養殖、種植、用藥的生產者端，亦須著重深化。

透過最實際的捐款，支持主婦聯盟【低碳生活·實踐淨零】的行動倡議：<https://reurl.cc/nqA4x1> 顯示較少

淨零轉型別漏了「她」

公民電廠和性平的共通點

讓更多女性領袖帶領女性，翻轉能源，也讓淨零之路更加平等、多元。

- 主婦聯盟環境保護基金會 吳心萍 資深主任 -

主婦聯盟環境保護基金會
HomeKitchen United Foundation

主婦聯盟環境保護基金會
由 Xiao Lian Lee 發佈
· 2024年11月13日 ·

【淨零轉型，別漏了「她」】

上週，我們在 @女書店 的邀請下，和 #三民高中 一群青春可愛的高中生，一起聊聊「淨零轉型」下的「性別」視角。

2030，將正是這群高中生將要入社會的時候，而到時，淨零轉型所創造的就業機會，很可能只有不到1/4是由女性擔任。

而這背後，多因為社會將照顧家庭、育兒的期待，更多放在女性身上，也因此女性更傾向於選擇能兼顧家庭的工作、甚至得要在家庭、工作間二選一。另外，也是因為我們看到的「領袖」、「專家」，往往是男性為主。

也因此，透過這次演講，我們鼓勵這群年輕女性，未來針對公共議題勇敢發聲，讓更多女性領袖帶起女性，翻轉能源，也讓淨零之路更加平等、多元。

透過最實際的捐款，支持主婦聯盟【低碳生活·實踐淨零】的行動倡議：<https://reurl.cc/nqA4x1> 顯示較少

編輯 加強推薦貼文

你和其他35人 1 2 8

以主婦聯盟環境保護基金會的身分留言

主婦聯盟

從「我是生活者」的角度思考，減少知行落差，人人都是生活實踐家！

我們都知道氣候危機迫在眉睫，但我們相信自己能做出改變嗎？其實，只要用「我是生活者」的角度思考，就能找到更多可能解方！

成為生活實踐家，我們可以從身邊的小行動開始：

- 支持在地小農，減少食物浪費，享受低碳飲食的美好。
- 認識綠能，參與公民電廠，成為能源創造者。
- 善用共享廚房、堆肥箱等資源，有效地改善社區生活！

如何共同營造出系統性綠生活，同時維持豐足的幸福呢？請見本會副董事長與執行長專欄文章：<https://supr.link/z8X1y>

透過最實際的捐款，支持主婦聯盟【低碳生活·實踐淨零】的行動倡議：<https://reurl.cc/nqA4x1> 顯示較少

編輯 加強推薦貼文

17 1 8

以主婦聯盟環境保護基金會的身分留言



主婦聯盟環境保護基金會的貼文

『你知道什麼是全食物嗎？🥰』

全食物的英文為「Whole Foods」

一開始是由營養學者提出，是一種對於身體較無負擔的健康飲食方法，過去常被翻譯為「原型食物」，其主要理念包含：

- ◆ 保持均衡營養，不單攝取單一種類食物
- ◆ 盡量以全穀物為主食
- ◆ 優先選擇植物性食物
- ◆ 少糖少鹽避免添加物
- ◆ 烹煮過程盡可能保持食物原型

👉 近年全食物的概念也結合#食物浪費 議題，秉持「只要能夠入口的，就不要丟棄」的理念🥰強調在料理過程中盡可能將食材完整使用，充分利用食材可使用的部分。不僅能讓家中的餐桌上多一道菜🥬還能吸收食物更完整的營養，在減少花費的同時，也減少廚餘的產生👉

♻️ 無法食用的部分也能製作成生活用品等，透過#簡單 #再利用的方式，增加生活樂趣🥰同時還對環境更加友善🥰

💡 在生活中有許多簡單就能實踐對身體好也對環境好的全食物利用方式，邀請大家透過簡單的製作的過程，創造新的體驗、新的感受，活出全食物新人生👉

#全食物 #再利用 #wholefoods #recycle

#再生 #植物 #柑橘 #清潔

#♻️ #♻️ #♻️ #♻️

透過最實際的捐款，支持主婦聯盟【低碳生活·實踐淨零】的行動倡議：<https://reurl.cc/nqA4x1>



以主婦聯盟環境保護基金會的身分留言



【你知道清朝有食物浪費的懲罰嗎?】

距今恰好三百年前的 1724 年，清朝皇帝雍正就曾下旨嚴禁隨意丟棄食物，凡是吃剩下的菜飯，都要先給僕人食用，剩下人不吃的則拿來餵養貓狗，再不能用的則要曬乾後給禽鳥食用。而隨意丟棄食物的人，無論地位高低，最高居然要被處四十大板刑罰！

從雍正的御旨中，姑且不論封建階級問題，卻透露出其對食物的態度。而產業發達資源富饒的現在，食物浪費成為全球重大的議題，食物從生產到餐桌所產生的全球溫室氣體排放，佔總排放的 33%。而每年全球食物浪費總量可達 10 億噸，相當於全球食品生產量的三分之一，佔全球溫室氣體排放的 8 至 10%！

聯合國環境規劃署的《食物浪費指數報告》顯示，17% 的食物最終在零售業和消費者（尤其是家庭）中被浪費了。剩食到垃圾掩埋場後，在缺氧的情況下會產生甲烷，其助長全球暖化的威力比二氧化碳強 23 倍！

🤔 那生活中有什麼能簡單減少剩食的方式呢？

除了上次提過的全食物利用外，也邀請大家用餐時選擇適量的餐點，除了吃得舒服又省錢外，還能減少剩食，對環境友善喔！

#清朝 #雍正 #冷知識 #剩食 #食物浪費 #環境永續 #減少 #廚餘

*資料參考：Wasted! The Story of Food Waste (2017)

👉 加入我們，一起減少剩食，成為生活實踐家：<https://neti.cc/w3zw2Pb>

👉 您也可以透過最實際的捐款，支持主婦聯盟【低碳生活·實踐淨零】的行動倡議：

<https://reurl.cc/nqA4x1>



以主婦聯盟環境保護基金會的身分留言

ii. 網路播客 Podcast

(節目連結總表：<https://www.huf.org.tw/essaytype/446>)

上架日期	集數	節目標題
2024/5/8	1	在歐洲各國遇見公民電廠 主婦聯盟的能源轉型歐洲之旅
2024/5/22	2	歐洲難道沒有光電與社區的衝突嗎？ 主婦聯盟的能源轉型歐洲之旅
2024/6/3		漁電共生還有公正轉型喔？ 主婦聯盟的淨零轉型小故事
2024/6/27		電廠還有虛擬的？歐洲小鎮竟然能藏電？ 主婦聯盟的能源轉型歐洲之旅
2024/7/31		營農光電？光電毀農？台灣農村與綠能是交響曲抑或是休止符？ 主婦聯盟的淨零轉型故事(上集)
2024/8/7		營農光電？光電毀農？台灣農村與綠能是交響曲抑或是休止符？ 主婦聯盟的淨零轉型故事(下集)

上架日期	集數	節目標題
2024/8/21		農村與綠電的紛紛擾擾，歐洲各國怎麼處理？ 主婦聯盟的能源轉型故事 Feat. 環境規劃協會 秘書長 陳郁屏
2024/9/4		怎麼 2024 年了還在反核？核電延役有什麼好研議的？ 主婦聯盟的能源轉型故事 Feat. 綠色公民行動聯盟 林正原
2024/9/18		主婦聯盟究竟在搞什麼非基？ 主婦聯盟的無基改推動小故事 Feat.台大農藝學系名譽教授郭華仁
2024/10/16		植物，你生病了嗎？請幫我櫃台掛號等候看診喔！ 主婦聯盟的植物診療師修法推動小故事 Feat.台大植物教學醫院院長洪挺軒
2024/10/30		你知道讓大學生愛上煮飯，也可以很減碳嗎？ 主婦聯盟與實習生的那些小故事
2024/11/20		擁芋、反芋派不要吵，你知道芋頭承載了重要的民族植物學內涵嗎？ 主婦聯盟今天挺芋頭
2024/12/4		我們在日本似乎遇見了真正「以農為主」的營農光電！？ 主婦聯盟的公正轉型故事
2024/12/25		從荒廢地到豐和村—在地長出來的農業光棚能帶來什麼改變？ 主婦聯盟的公正轉型故事

- iii. 透過雲端公益平台，如 LinePay、全家 FamiPort、7-11 i-bon、全家 APP、7-11 open point APP 等捐款平台等進行專案募款

➤ LinePay

< 財團法人主婦聯盟環境保護基金會 X

8個捐款項目



用太陽照亮能源教育

\$300



邀請您支持反基改運動

\$300



給小小朋友的环境教育課(人事費專用)

\$300



給小小朋友的环境教育課

\$300



支持環境保護工作持續進行

\$300



淨零轉型源頭減量推廣計畫，需要您捐款的支持！

\$300

➤ 全家便利商店 (透過 Famoport、全家 APP)



➤ 7-11 統一超商(透過 Ibon、open point APP)



II. 實體活動推廣工作

日期	類別	工作項目
2023/10/23	計畫	第 23 屆第 8 次董事會通過以「淨零轉型·生活實踐」為 2024 募款計畫主題
2023/12/14	核准	取得衛福部公益勸募核准：衛部救字第 1121364609 號
2024/01/0	專戶備查	募款專戶：台灣銀行公館分行，帳號 004/034-001-007039

日期	類別	工作項目
2024/1/20	公開活動	有限責任屏東縣大武山公民綠能科技生產合作社成立大會
2024/1/29	論壇	TCAN 台灣氣候行動網絡 縣市淨零自治條例論壇
2024/1/30	推廣活動	國發會公正轉型：焦點座談會(台南市)
2024/2/5	推廣活動	國發會公正轉型：焦點座談會(高雄市左營區)
2024/2/5	廣播節目	台北電台 欣亞的三點不漏電訪：「漁」與「電」共生可不可能
2024/3/7	論壇	公正轉型台日國際論壇(高雄)
2024/3/8	推廣活動	國發會公正轉型：台日國際交流會-美濃農會(高雄市美濃區)
2024/3/9	推廣活動	國發會公正轉型：台日國際交流會-主婦聯盟合作社生產者(高雄市苓雅區)
2024/3/12	推廣活動	臺灣大學演講 — 關渡國中公民電廠
2024/3/13	推廣活動	參與外部論壇： 提升永續農業的韌性：農地政策論壇(中興大學)
2024/3/19	推廣活動	樂之學苑 — 能源教育課程
2024/3/21	推廣活動	主婦聯盟能源組：歐洲見學分享會
2024/3/26	廣播節目	國立教育廣播電臺 自然有意思錄音
2024/4/1	廣播節目	台北電台 欣亞的三點不漏電訪：因應氣候緊急，電價應合理調整，強化配套措施降低民生衝擊
2024/4/27	公開活動	反核遊行舞台宣講：佔領忠孝西十周年 包圍立院行動

日期	類別	工作項目
2024/5/6	廣播節目	台北電台 欣亞的三點不漏電訪：關於反核連署
2024/5/9	公開活動	北投合作社交流，關於歐洲營農光電見學
2024/5/16	推廣活動	大安社區大學性別演講 (課程預錄)
2024/5/22	推廣活動	東亞性別平等論壇宣講
2024/6/3	廣播節目	台北電台 欣亞的三點不漏電訪：借鏡歐洲的公民電廠經驗看台灣如何發展
2024/6/19	推廣活動	生活實踐家「農食教育」牌卡遊戲分享課程 (台灣主婦聯盟生活消費合作社 苓雅站)
2024/7/1	推廣活動	生活實踐家「永續生活轉型」牌卡遊戲分享課程 (台灣主婦聯盟生活消費合作社 新營站)
2024/7/1	廣播節目	台北電台 欣亞的三點不漏電訪：農業綠能總體檢 - 如何發展以農為本的能源轉型論壇分享
2024/7/2	推廣活動	《跟著繪本去旅行》2024 友善永續力：永續生活一起走 培訓課程(國立臺灣科學教育館)
2024/7/8	推廣活動	生活實踐家「農食教育」牌卡遊戲分享課程 (基金會辦公室)
2024/7/10	推廣活動	《跟著繪本去旅行》2024 友善永續力：永續生活一起走 培訓課程(財團法人台灣基督長老教會總會)
2024/7/16	推廣活動	嘉義社區演講：認識公民電廠課程
2024/7/17	推廣活動	《跟著繪本去旅行》2024 友善永續力：永續生活一起走 培訓課程(北投隨野家·生活 牧場)
2024/7/19	廣播節目	能源署電台受訪：關於氣候調適
2024/7/30	推廣活動	《跟著繪本去旅行》2024 友善永續力：永續生活一起走 培訓課(主婦聯盟基金會)

日期	類別	工作項目
2024/7/31	推廣活動	《跟著繪本去旅行》2024 友善永續力：永續生活一起走 培訓課(主婦聯盟基金會)
2024/8/2	廣播節目	台北電台 欣亞的三點不漏電訪：《跟著繪本去旅行》系列 - 蜜蜂覓新家
2024/8/12	電視節目	華視新聞部：採訪再生能源
2024/8/12	推廣活動	《跟著繪本去旅行》2024 友善永續力：永續生活一起走 培訓課(主婦聯盟基金會)
2024/8/15	推廣活動	台東縣政府淨零環境教育工作坊
2024/8/16	推廣活動	大瓏公司 - 兒童夏令營嘉義場
2024/8/18	推廣活動	《跟著繪本去旅行》蜜蜂覓新家親子場 實習場(國立臺灣科學教育館)
2024/8/28	推廣活動	基隆市屋頂太陽光電與公民電廠說明會
2024/8/28	推廣活動	生活實踐家「農食教育」牌卡遊戲分享課程 (台灣主婦聯盟生活消費合作社 嘉義站)
2024/8/30	推廣活動	大安森林公園「30 而立自然正成長」生態嘉年華市集設攤「自然正成長」小型工作坊
2024/8/30	推廣活動	台中「氣候變遷下的婦女：性別意識與環境議題」課程講師(臺中女兒館)
2024/9/5	推廣活動	女書店走讀：拜訪主婦聯盟基金會
2024/9/6	廣播節目	台北電台 欣亞的三點不漏電訪：馭風逐夢的男孩 《跟著繪本去旅行》活動分享
2024/9/15	推廣活動	綠遊趣~GO GREEN~綠色旅遊推廣市集擺攤(國際智庫會議中心)
2024/9/21	推廣活動	《跟著繪本去旅行》馭風逐夢的男孩 親子場 實習場 (天主教耕莘文教院)

日期	類別	工作項目
2024/9/28	推廣活動	生活實踐家「農食教育」牌卡遊戲分享課程 (台灣主婦聯盟生活消費合作社 台南市新化班)
2024/10/3	推廣活動	荒野保護協會「全民發電行不行」演講 (台中市)
2024/10/5	推廣活動	嘉義縣分享公民電廠
2024/10/7	推廣活動	台中大甲高中性別議題演講
2024/10/8	推廣活動	國立台北藝術大學分享公民電廠及能源教育(臺灣多寶格藝術發展協會)
2024/10/15	推廣活動	嘉義縣分享公民電廠
2024/10/19	推廣活動	《跟著繪本去旅行》2024 友善永續力：永續生活一起走 培訓課程(北投隨野家·生活 牧場)
2024/10/24-25	推廣活動	綠電合作社綠能參訪見學小旅行(分享日本營農經驗)
2024/10/25	推廣活動	宜蘭縣綠能屋頂推廣說明會「公民電廠推動模式與案例分享」
2024/10/26	推廣活動	關渡鬧熱節擺攤
2024/10/28	推廣活動	北投社區大學演講性別議題
2024/10/28	推廣活動	南港社區大學公民周演講環境議題
2024/10/29	推廣活動	中正社區大學公民周演講環境議題
2024/10/30	推廣活動	中正社區大學公民周演講：我們與環境的距離
2024/11/1	推廣活動	文山社區大學公民周演講環境議題

日期	類別	工作項目
2024/11/4	推廣活動	大安森林公園「30而立 自然正成長」生態嘉年華擺攤
2024/11/4	廣播節目	台北電台 欣亞的三點不漏電訪：【日本營農光電參訪】感想
2024/11/7	推廣活動	新北市立三民高級中學 性別與氣候演講
2024/11/8	推廣活動	生活實踐家「農食教育」牌卡遊戲分享課程 (台灣主婦聯盟生活消費合作社 北南分社)
2024/11/18	推廣活動	綠桌遊培訓公益場活動 (主婦聯盟環境保護基金會辦公室)
2024/11/21	推廣活動	台中荒野保護協會 宣講：公民電廠
2024/12/2	廣播節目	台北電台 欣亞的三點不漏電訪：淨零綠生活實踐 - 減少知行落差 共同營造系統性綠生活環境
2024/12/5	推廣活動	公正轉型專案：日本參訪經驗分享 (主婦聯盟環境保護基金會辦公室)
2024/12/12	推廣活動	公正轉型專案：日本參訪經驗分享與焦點工作坊 (彰化溪州)
2024/12/13	推廣活動	公正轉型專案：日本參訪經驗分享與焦點工作坊 (高雄美濃)
2024/12/26	推廣活動	綠桌遊培訓公益場活動 (主婦聯盟環境保護基金會辦公室)
2024/12/27	推廣活動	《基轉基改與基編基改的差別》無基改講座 (臺北市大安社區大學)

2. 食農/能源環境教育實體課程與環境教育志工培訓、議題專案執行

I. 能源轉型與氣候調適

- i. 面對氣候變遷帶來的挑戰，我們一方面需要透過再生能源轉型進行減碳，同時更要積極提升調適能力，

本會長期推廣能源轉型、公民能源自主、再生能源的社區實踐等議題。除透過與在地社區共商公民電廠的設置、地方需求外，同時也持續關注我國能源轉型現況，並且透過「氣候調適論壇」，匯聚政策制定者、專家學者與實務工作者，共同探討地方氣候調適的關鍵策略。

ii. 實體活動狀況

日期	地點	課程 (講師)	備註(對象、人數)
2024/05/17	北投隨野家農場	關渡「讓光電不再侵農」國際資訊交流會	北投地區的農民、北投社大/15 人
2024/08/09	基金會會內	你不知道的 SMR	基金會秘書處工作人員、志工/15 人
2025/01/17	臺北市客家文化主題公園	共創在地韌性－地方氣候調適政策論壇	地方政府及委辦公司、一般大眾/60 人

iii. 活動紀實

<p>【關渡「讓光電不再侵農」國際資訊交流會】 與關渡地區的農戶與居民分享國際上瀛農光電的案例</p>	<p>【你不知道的 SMR】 邀請綠色公民行動聯盟 林正原研究員分享，核能最新資訊與 SMR，為會內議題研究人員、環境教育志工人員增能</p>
	

【共創在地韌性－地方氣候調適政策論壇】

邀集中央、地方政府分享與討論調適議題與政策解方，本會吳碧霜執行長為論壇開場



II. 非基改倡議與講座

- i. 「我們與基改食品的距離」手冊分享會，藉由推廣講座向大眾說明基因改造食物在台灣及全球的概況，身為消費者，我們可以透過選擇食物挽回我們的自主權，遏止跨國大公司影響力的過度擴張。

所以，我們需要關心基改議題。講座中同時安排非基改相關食材料理，這次安排水果大福、米蛋糕、日式玉子燒和毛豆腐等，食材全部來自主婦聯盟消費合作社

- ii. 實體活動狀況

日期	地點	課程 (講師)	備註(對象、人數)
2025/02/19	主婦聯盟消費合作社三鶯站	非基改講座 (講師：陳儒璋+蘇子玲)	三鶯社區大學學員+主婦聯盟合作社社員+一般民眾

			實體 19 位+線上 7 位
2025/02/26	主婦聯盟消費合作社士林站	非基改講座 (講師：郭華仁+林足芬)	北投雲集食農教育勞動合作社社員+主婦聯盟合作社社員+一般民眾 實體 25 位+線上 36 位
2025/03/17	永和社區大學	非基改講座 (講師：黃淑德+吳鳴鑾)	永和社區大學學員+主婦聯盟合作社社員+一般民眾 24 位

iii. 活動紀實

<p>【非基改講座】 郭華仁老師正在向現場+線上民眾說明為何要關心基改議題</p>	<p>【非基改講座】 推廣講座後安排非基改相關食材料理～日式玉子燒，雞蛋是來自主婦聯盟消費合作社吃非基改飼料雞所產下的善糧蛋</p>
	

【非基改講座】

黃淑德老師正在向現場民眾說明為何要關心基改議題



【非基改講座】

推廣講座後安排非基改相關食材料理～草莓大福，不少學員在課後表示對基改議題又有更深一層認識，並堅定表示願意購買、支持台灣本土農糧，而且很高興知道主婦聯盟消費合作社在食安議題上替我們做把關



III. 月經平權倡議與講座

- i. 月經平權是近年教育部在校園推廣性別平權教育的重點項目之一，因此更應著重社會教育紮根去除月經汙名化，增進性別平等，減少月經知識上的貧窮。

（一）透過本計畫培育台中市在地月經平權環境教育推廣種子講師，讓教育現場教師能夠連結運用資源，推廣兼具永續環境的月經平權教育。

（二）將兼具永續環境觀點的月經平權教育於都市及偏鄉各社區、校園推廣，捲動更多社會大眾關注議題，改變大眾對於月經刻板印象，改善月經貧窮，消弭月經歧視。

（三）跨域連結，建立多元夥伴關係。

- ii. 實體活動狀況

與台中市教育局合作暑期教師培訓營，觸及 48 校、57 位高

級中學以下教師，產生 16 套教案，提供多元月事用品展覽，讓教師們得以用豐富多元的角度以及兼顧環境永續的觀念切入月經平權教育，並提供場域與平台讓不同領域的教師一起共學及共同創造月經平權教育。

日期	地點	課程 (講師)	備註(對象、人數)
2024/07/01 ~2024/07/02	臺中市北勢國中	臺中市教師月經平權與環境永續教師培力工作坊第一梯次 講師：耿明誼、呂木蘭 助教：侯佩儀	臺中市高級中學以下教師/15 人次
2024/06/17	主婦聯盟台中分會	月經平權與環境永續講師增能培訓講座	主婦聯盟台中分會講師及志工/15 人次
2024/07/03 ~2024/07/04	臺中市黎明國中	臺中市教師月經平權與環境永續教師培力工作坊第二梯次 講師：耿明誼、呂木蘭 助教：楊蕙甄	臺中市高級中學以下教師/15 人次
2024/08/19 ~2024/08/20	臺中市太平國中	臺中市教師月經平權與環境永續教師培力工作坊第三梯次 講師：耿明誼、呂木蘭 助教：許媛雅	臺中市高級中學以下教師/17 人次
2024/07/02	臺中市北勢國中	臺中市教師月經平權與環境永續教師培力工作坊第一梯次 講師：曾穎凡 助教：侯佩儀	臺中市高級中學以下教師/15 人次
2025/06/18	台中市豐原區陽明大樓	臺中市教師月經平權與環境永續培力講座 講師：耿明誼、呂木蘭 助教：許媛雅、侯佩儀	臺中市高級中學以下教師/30 人次

iii. 活動紀實

2024/06/17 月經平權與環境永續講師增能培訓講座

近年來持續於中部推廣月經平權與環境永續教育，在推廣月經平權的路上主婦聯盟基金會台中分會也多次和不會教小孩行動聯盟(不小盟)的夥伴請益交流，我們在6/17更是邀請來了創造臺灣第一個塑膠導管棉條、月經杯、月經碟片的月經一姐，同時也是不小盟的共同發起人——凡妮莎來台中做講師增能。

每一次的增能都裝備了不少新知，並透過討論和交流將知識融入教案中，從文化面、價值面、環境面切入用淺顯易懂的方式將月經平權與環境永續概念帶入社區與校園，讓月經友善的種子持續擴散、茁壯、發芽。



2024/07/01~2024/07/02 臺中市教師月經平權與環境永續教師培力工作坊第一梯次

本計畫結合環境永續與月經平權，透過到校宣導、教師培力及研習講座，深耕臺中城鄉校園。致力培育種子講師，消除月經汙名與貧窮，落實SDGs優質教育與性別平等指標，提升師生意識，共創友善共融環境。



2024/07/03~2024/07/04 臺中市教師月經平權與環境永續教師培力工作坊第二梯次
透過暑期教師培力營，觸及 48 校、57 位高級中學以下教師，產生 16 套教案，提供多元月事用品展覽，讓教師們得以用豐富多元的角度以及兼顧環境永續的觀念切入月經平權教育，並提供場域與平台讓不同領域的教師一起共學及共同創造月經平權教育。



2024/08/19~2024/08/20 臺中市教師月經平權與環境永續教師培力工作坊第三梯次
研習整體滿意度平均達 4.85 分，其中講師專業度獲 4.95 分最高評價，深獲中堅及資深教師肯定。課程創新結合「生理用品」與「SDGs 永續環境」，是本次最大亮點。教師回饋指出，此模式不僅有效消除月經汙名、落實性別平權，更能透過成分與環保議題，提升學生對環境永續的敏感度，讓教育成為守護身體與地球的集體實踐。



2025/06/18 臺中市教師月經平權與環境永續培力講座
近年來中央及各地方政府針對「月經平權」議題有許多討論及政策，學生仍普遍存在對於月經的汙名與歧視，處於青春期的青少年在接受關於月經知識及社會氛圍將會影響日後對於月經的觀念與態度，因此推動月經教育紮根去除月經汙名化，增進性別平等意識顯得格外重要。

透過辦理臺中市高級中等以下學校教師研習講座，將兼具永續環境觀點的月經平權教育於都市及偏鄉各社區、校園推廣，捲動更多社會大眾關注議題。



IV. 其他環境教育講座活動：台北總會 - 綠桌遊講師隊培訓

- i. 主婦聯盟環境保護基金會致力於透過教育推動環境保護、永續發展與社會正義等核心理念，並以「綠色飲食」、「能源轉型」、「節能減碳」為重要實踐途徑，將相關價值落實於民眾的日常生活之中。

除持續推動政策倡議與公共遊說外，本會亦積極發展以桌遊為媒介之環境教育方案，藉由遊戲化學習促進兒童及親子對環境議題的理解與關注，並培力具推廣意願之學員成為志工，透過桌遊作為行動工具，參與環境議題之宣導與推廣。

2024-2025 年，本會透過教案工作坊系統性強化志工之專業知能與獨立推廣能力，並結合後續公益推廣活動，深化環境教育之傳遞，使親子得以在寓教於樂的過程中共同學習，進而提升社會大眾面對氣候變遷之認知與行動能力，共同回應氣候緊急所帶來的挑戰。

- ii. 活動紀實

綠桌遊教案工作坊

透過被培訓的志工講師們實際演練'彼此交換教案意見，打磨出更符合教學現場需求的环境教育教案

實體活動推廣

綠桌遊志工講師們也會受邀前往學校、活動甚至議題市集擺攤場合，帶領學生、活動參與者進行綠桌遊課程



V. 其他環境教育講座活動：台北總會 – 減碳青年行動派青年培訓

i. 大學階段是形塑飲食與生活習慣的重要時期，然宿舍與租屋環境自煮條件不足，使學生高度依賴外食，衍生食物浪費、一次性餐具與碳排放等問題，也加深食與農的斷裂。本會以青年視角出發，結合自煮空間改善、設計思考與公共傳播，培力學生從選食、煮食到倡議行動，實踐低碳永續生活。

ii. 實體活動狀況

日期	地點	課程 (講師)	備註(對象、人數)
2025/08/21	師大宿舍周邊	街訪活動 主婦聯盟師大實習生	街訪師大學生 約 15 名
2025/11/06	台大 博雅 308 教室	設計思考工作坊 Alpha Team 台大創新設計學院學術小組—詹博穎、鍾頤茜	台大、政大學生 15 名
2025/11/13	台大 博雅 308 教室	創意短片工作坊 廖郁雯	台大、政大學生 15 名

iii. 活動紀實

街訪師大學生

由主婦聯盟師大實習生至師大宿舍周邊進行街訪，了解現今大學生自煮的情況、是否有在日常中落實減碳。

共產出 2 支短影音，累積觀看次數達 16,399。



設計思考工作坊

邀請台大 Alpha Team 的設計思考教練，帶領學生以「設計思考」的五個流程，探討校園自煮可能的困難與解方。

創意短片工作坊

邀請具備社群小編經驗之講師，帶領學生規劃一部具備深度及吸引力的短影音，用於推廣環境議題。



VI. 其他環境教育講座活動：南部辦公室 – 衛武營員工蔬食日環境教育培訓

- i. 我們在街頭經常看到廣告塑膠帆布，尺寸大又厚重的帆布，通常用完之後就會請運回收，但國外也有廠商特別回收帆布製作成環保袋。

南部辦公室於 2025 年搭配「衛武營」員工蔬食日的環境教育課程，利用衛武營布展後卸除的帆布裁切成畫布，由員工自由塗鴉，之後做成簡易的野餐墊或環保袋。讓廣告帆布可以重複使用。透過具體行動與環境課程教案，達到減訴、減廢的具體生活實踐。

ii. 實體活動狀況

日期	地點	課程 (講師)	備註(對象、人數)
2025/6/10	國家表演藝術中心 衛武營國家藝術文化中心	場館廢品再利用手作課程 (主婦聯盟南部辦公室)	衛武營國家藝術中心的員工，共計 65 人

iii. 活動紀實

<p>課程講師介紹減少廢棄物概念，並示範如何將廢棄布條、廢品製作成可再利用的生活工具</p>	<p>透過講師的指導，參與者們自由地將場館廢品創作成為可再利用工具</p>
	

VII. 其他環境教育講座活動：台中分會 - 生態與環境教育講座

i. 透過繪本引領孩子認識生態鏈中的關鍵角色。我們堅持將自然知識生活化，不僅傳授生態觀念，更致力於開啟學童對周遭環境的「觀察之眼」。期許孩子能從身邊事物出發，理解掠食者對環境平衡的重要性，進而培養主動探索與守護自然的永續素養。

ii. 實體活動狀況

5月16日，「飛行捕鼠器」順利降落在東區成功國小！講師透過繪本故事，將生態鏈知識變得生動有趣。本次活動參與對象為國小3、4年級學生，參與人數為25人。

日期	地點	課程 (講師)	備註(對象、人數)
2025/05/16	台中東區成功國小	飛行捕鼠器~降落囉! 講師:謝文綺 助教:侯佩儀	國小3.4年級學生 /25

iii. 活動紀實

2025/05/16 飛行捕鼠器~降落囉!東區成功國小

講師謝文綺帶領小朋友們以生活化的方式引導孩子認識環境中的捕食者與牠們的生態角色，並透過繪本故事-守護億隻鴉，帶出「飛行捕鼠器」的概念。整場課程讓孩子不只學到自然生態知識，也培養他們對於身邊周照事物的觀察能力。



3. 網路圖文設計創作及行動募集

I. 線上圖文設計創作與推廣

i. 說明

透過視覺設計、文案編纂，傳遞從日常生活飲食和用電上改變自身行為，進而落實低碳生活，以達到地球永續的願景；透過淺顯易懂、與網路熱度連結緊密的社群媒體等多方管道，推廣正確的「環保、永續、低碳生活實踐」，因應正在面臨的全球氣候變遷危機。

ii. 圖文創作實例



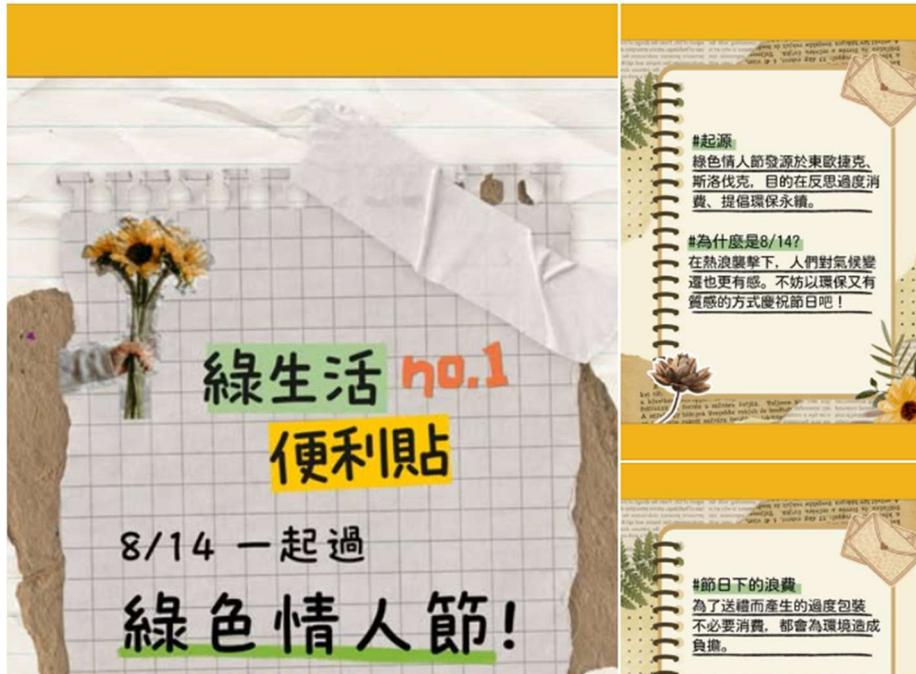


#綠生活便利貼NO.1

你聽說過 #綠色情人節 嗎？

聽說一年有12個情人節，你也是每到節日都在苦惱該送什麼禮物嗎？

8月14日被取名為綠色情人節，今天就跟著主婦聯盟，一起看看在炎炎夏日中，如何度過一個輕盈又環保的情人節！



II. 青年創意環境行動與短影音多元管道推廣

i. 說明

透過青年族群對於環境議題的行動與創意想像，發展出以新興媒介 - 「社群短影音」為議題行銷的全新管道；讓網路社群媒體使用者，更能更感受到氣候、環境等議題的創意行動面向，從軟性訴求的角度，帶動環保永續生活改變。

同時，也將基金會錄製的 Podcast 節目，以影像紀錄的方式，剪輯成短影音，持續在社群媒體上進行更廣泛的傳播。目的無非是希望透過現代人所習慣的資訊獲取管道，將環境議題拆解成「較能吸收」的素材，進行社會溝通。促進社會大眾深化環境永續的認知，引導其共同關注綠色環保行動、公共政策討論及個人實踐方式，進而強化守護家園與永續發展之行動力。

ii. 短影音等多元創作實例

● 青年創意環境行動短影音



● Podcast 精華短影音

主婦聯盟：生活實踐家



現在正是台灣社會
共同關注氣候變遷的時機



但是極端氣候會加成這個災難的複雜性

受訪來賓：
黃靖庭 | 地球公民基金會 副執行長
崔愷欣 | 綠色公民行動聯盟 秘書長

主婦聯盟環境保護基金會
Homemakers United Foundation

主婦聯盟環境保護基金會 · 追蹤中
主婦聯盟環境保護基金會 · 原始音訊

【#生活實踐家】#Podcast S3EP11 精華 #現在正是關注氣候變遷的時機 #一起加入1101為氣候而走進行 #shorts 查看更多

主婦聯盟：生活實踐家



認真推動公民電廠的在地討論
才能真正翻轉綠電負面形象



甚至小的案場 在農漁村發展的小的案場

受訪來賓：
劉如意 | 綠色公民行動聯盟 研究員

主婦聯盟環境保護基金會
Homemakers United Foundation

主婦聯盟環境保護基金會 · 追蹤中
主婦聯盟環境保護基金會 · 原始音訊

【#生活實踐家】#Podcast S3EP10 精華 #透過公民電廠在地討論翻轉綠電負面形象 #shorts

主婦聯盟：生活實踐家



廚師和農夫來說菜
認識環境與在地飲食文化



因為那個對環境的照顧

受訪來賓：
黃建圖 | 海波浪 seabelongings 創辦人

主婦聯盟環境保護基金會
Homemakers United Foundation

主婦聯盟環境保護基金會 · 追蹤中
主婦聯盟環境保護基金會 · 原始音訊

【#生活實踐家】#Podcast S3EP9 精華 #透過說說菜認識在地飲食文化 #shorts

主婦聯盟：生活實踐家



使用市售的蔬果清潔劑
是否比較能將農藥清洗乾淨？



所以你既然擔心化學物質(農藥)的殘留

受訪來賓：
顏瑞泓 | 臺灣大學農業化學系教授

主婦聯盟環境保護基金會
Homemakers United Foundation

主婦聯盟環境保護基金會 · 追蹤中
主婦聯盟環境保護基金會 · 原始音訊

【#生活實踐家】#Podcast S3EP8 精華 #農藥到底如何洗乾淨 #shorts

4. 線上永續環境議題開講

I. 說明

本會透過製作網路廣播 Podcast 節目【主婦聯盟：生活實踐家】，以深化永續環境理念之社會溝通與推廣

- 以 Podcast 作為環境教育與公共倡議之傳播平台，提升計畫影響力與觸及範圍
- 節目內容將涵蓋以下核心議題：
 - ◆ 農食與綠色飲食之永續發展
 - ◆ 公民能源自主及能源轉型政策
 - ◆ 淨零排放與氣候變遷因應策略

節目鎖定日常生活忙碌、難以長時間接觸傳統文字與影音資訊之目標族群，結合通勤、家務及運動等零碎時間收聽情境，提升民眾接收永續知識之可近性。透過議題分析與生活實踐案例分享，引導大眾培養環境責任意識與具體行動能力

II. 網路廣播 Podcast 節目創作實例

- 迄今全集數播放列表：<https://supr.link/elO5n>



主婦聯盟

甲上女人
綠生活

每雙周三由主婦聯盟呈現

陳曼麗
（第九屆立法委員
主婦聯盟環境保護基金會前董事長）

本周甲上女人：



S1EP5

甲上女人把廚餘變黑金

為了解決廚餘問題，
一群公民用生活實踐改變了國家政策

主婦聯盟

甲上女人
綠生活

每雙周三由主婦聯盟呈現

翁美川
（智立勞動合作社發起人）

本周甲上女人：



S1EP9

甲上女人轉廢為寶
- 廢棄雨傘布再利用

透過各種巧思與創意
賦予廢棄物品新的生命