

從吃也可以減緩氣候變遷？ 聽聽工作坊怎麼說

文／蘇雯祺（荒野氣候變遷小組，自然名：高蹺鴉）

圖／荒野氣候變遷教育推廣組



▲ 朱真（圖右，自然名：樹）引導學員分享想法，後以溫情角度訴說氣候變遷與棲地的關聯

氣候變遷，是個看似震撼卻又令大多數人陌生的語彙。是的，如果我沒有深入了解，可能也跟許多人一樣，只把氣候變遷與遠在天邊的北極熊連結在一塊兒，認為那是別人家的事，緘默無語、無感。但當我驚覺氣候變遷近在眼前時，我開始觀察菜市場中的水果是否當季，是臺灣產的還是進口？我減少麵食，轉而多吃點米飯；一日三餐，原來啊，我吃下肚的不只是與親友的情誼，不只是健康與安全，更是農地與環境，更是全球化及貿易脈絡之下，食材仰賴進口、喜歡肉食的我們造就了交通運輸頻繁，進而提高燃料需要，而將大量貯存於地下的二氧化碳（如：石油、天然氣等）釋放到大氣中，造成地球暖化氣候變遷。這一切的認知，在去年春末夏初開始改變了我的行為。那時荒野的「氣候變遷推廣志工培訓課程」帶給我如當頭棒喝般覺醒，讓我及身

旁夥伴一同認識氣候變遷這項現代重大議題的諸多面向，從中我也漸漸瞭解到，除了社會上常常在喊的「節能減碳」有著深刻的意涵之外，身為幾十億人中渺小的我還能做些什麼？原來我的平凡生活也是左右氣候變遷的小螺絲釘，人類追求便利的文化形塑當今社會模樣亦深切影響環境。

但是，我們該如何讓更多人知道這麼重要的訊息，並更能身體力行行動？這就需要一個管道了。這條管道需要集結眾人的巧思與力量，一起讓影響力越來越大，才有改變的可能。於是，在幾位氣候變遷小組夥伴們的構思後，我們規劃了「餐桌上的氣候變遷工作坊」，將一個一個單獨的概念，串成一堂一堂互動式的活動。有的夥伴在工作與家庭之間反覆查閱教材、練習講稿，與夥伴們互相討論、反覆修正，最後結合自身的經驗，用自己的語言表達，辛勞無數晨昏。大家的



▲ 創意無限的構思，總是惹得現場氣氛熱絡

付出最後在一整天的工作坊中呈現，並讓來參與的民眾得到夥伴們想要傳遞的「真傳」！直至今日，我們已經辦了三場的工作坊！

工作坊劃分為「地球篇」、「棲地篇」、「家庭篇」及「城市篇」四個部分。在地球篇活動開始之前，夥伴先安排「相見歡」的活動，讓大家暖暖身，參加的學員們也會先瀏覽由夥伴們設計製作關於氣候變遷的图片，並與學員們討論，同時進行小組分組，隨後開啟工作坊的學習。參與的學員有些已對氣候變遷議題相當關心，因而滔滔不絕進行討論；有的雖才淺淺認識，卻能熱情地抒發己思。首先在「地球篇」中，由夥伴根據數據與專業的科學研究，輔以慷慨激昂的語調，講述地球暖化、棲地如何吸收碳又如何被剝奪生機、選食物如何影響氣候等。臺下的學員專心聆聽，一下子氣氛變得令人揪心。聽完令人心碎的

地球危機候，接著帶領進行「棲地篇」的夥伴，從萬物及棲地的角度切入，帶出食物的產地，既是農作物也是生物的家，更是大地固碳的寶庫。溫馨、精彩的影片，配上夥伴深情引介，學員在室內就像聞到了大自然的芳香氣味般陶醉。在觀看影片的時候總有夥伴驚嘆生態的豐富，及傳統農忙時程的艱辛且誠懇，我們希望將土地的印象深深烙印在學員的腦中，並且能影響更多朋友支持友善耕作的產品。接著，我們讓各組學員設計一塊想像中的理想田園，讓他們反思棲地與萬物的關係。很快地，工作坊上午的課程在這活動中結束。而為了抵抗午後的催眠劑，進行「家庭篇」的夥伴讓學員們認識自己所吃餐點的「食物里程」，簡易的計算食物運輸造成的碳足跡，在親自動動手計算完之後，便可從數字中看出從國外進口的食物累積高額的碳足跡！在這樣的重擊



▼ 李美玉（自然名：茄苳）講解樹箱的作法



▲ 學員們設計出低碳美味的主食國宴餐點



▲ 於新北市石門嵩山社區舉辦的工作坊中，學員們相互討論自己的一畝田

氣候變遷與人類的關係其實非常近，每個人得從生活中去實踐自己的減碳生活，減緩氣候變遷。氣候變遷小組夥伴們希望在一連串專業深入的講解與互動式課程之後，學員們便可從自身生活開始改變。這個影響已開枝散葉，我們有了一些實戰經驗，將持續帶著充沛的活力繼續向前。未來，氣候變遷工作坊期待有更多的生力軍一同加入，讓好的理念與做法遍地開花。但，要如何參與呢？就在今年四月，「第二期氣候變遷推廣志工」開始招生了！一連串專業的培訓課程裡，一定會讓對氣候變遷徬徨無助的「麻瓜」也得到魔法。我們相信，只要願意踏出一小步，改變必然無限茁壯。所以，如果您有心，就趕快加入我們的行列，一起創造希望吧！💚

之後，激發大家的創意，學員們以低碳、健康、美味為原則，設計一場屬於臺灣的國宴菜單，進而反思當地、當令與美味之間的關係。學員們無所不用其極的降低碳足跡，設計出令人驚豔的菜色，甚至還有學員說出：「香菇以步行運送！」讓人不禁開懷大笑，也令人好好思考「吃」怎麼回應氣候變遷的挑戰。最後，「城市篇」教導學員們以簡單的方法，動手製作臺南荒野研發出來的「樹箱」，低成本、高成功率地打造綠屋頂，幫助水泥密集的城市，降溫熱島效應的衝擊。

學員們在結束前踴躍分享當日的收穫，發現