

愛地球 有機正夯

學校要聞

你「愛」地球了嗎？為了響應422「地球日」，女教職員聯誼會於22日在驚聲國際廳舉辦「食在安心」講座，邀請慈心有機農業發展基金會講師李秋霜、閔娟娟，現場吸引逾百人共襄盛舉。女聯會副理事長、財務長陳叡智表示，期待藉此機會建立正確飲食觀念，帶領大家邁向健康生活。

首先，李秋霜從健康角度暢談蔬食，她指出現代人追求物美價廉的蔬果，使得農人以化學肥料、農藥、增色劑等添加物來迎合消費需求，但過度消費土地的後果，卻帶來超出想像的代價。李秋霜現場以紅墨水模擬成農藥滲入大白菜的情形，以證實說明農藥殘留的危害；同時她積極推廣有機耕種的概念，鼓勵大家購買有機蔬菜。

閔娟娟則指出，生活中飲食約有8成是加工製品，以國人常見的一天飲食為例，很可能吃進上百種人工添加物。有鑑於此，她帶領大家進行實作，用添加物製作汽水、調味乳等加工食品，引起現場驚呼連連。此外，閔娟娟讓大家品嚐坊間餅乾與無添加物餅乾，呼籲大家用消費行為來為健康把關。（文／陳騫靜、攝影／黃國恩）

2014/04/28



（攝影／黃國恩）