

## 「有機 easy 購 健康 easy go」推廣活動 11/18 興大有機農夫市集

### 熱鬧登場

[感謝本校秘書室媒體公關組提供資料](#)

為鼓勵有機消費，提高民眾對國產有機食材之支持，國立中興大學林耀東終身特聘教授在農業部農糧署支持下，於 112 年 11 月 18 日與北高雄社區大學共同在興大有機農夫市集舉行「有機生活家：有機 easy 購 健康 easy go」活動，精采激烈的互動遊戲吸引許多民眾踴躍參與，而主辦單位與市集也向民眾介紹各種當季有機蔬菜的調理方式，並分享有機蔬菜營養豐富，有機種植對土地、對居住在土地上的我們都是比較健康的方式，號召更多民眾選用有機食材。

國人對於環境及飲食安全日趨重視，對於食材選擇越來越有主見，而有機農業是一種對土地友善的農業生產方式，重視水土保育、生態平衡、資源永續及循環利用，不但照顧了人，也照顧了環境之健康。為讓更多民眾更了解有機食材的優點及活用食材調理美食，國立中興大學與北高雄社區大學預計在台灣北、中、南共同舉辦一系列相關有機農業宣導活動及課程，並將活用訣竅整理為兩冊有機生活家小講義，在社區與全國社區大學推廣，希望帶動更多民眾消費有機食材，促進台灣有機農業及環境永續發展。

中部場於 18 日上午在興大有機市集舉辦「有機生活家：有機 easy 購 健康 easy go」活動，趣味問答及遊戲吸引許多社區民眾參加，農業部有機農業促進諮詢會有機農業推動中心段淑人執行長、農糧署許佩蓉專員也到場支持。

主辦單位在現場分送與會民眾有機生活家小講義，分別是民眾採購有機食材簡易指南「有機生活家採購篇—鄰近街坊就能買到有機食材，選購消費超上手」，以及有機食材料理小手冊「有機生活家飲食篇—善用有機食材豐富餐桌美味，四季好食快手做」。講義中提供許多介紹，教導民眾善用有機食材安全又營養的特點，使全食物都能入菜，這樣也能吃到各種蔬果最完整原始風味。

段淑人教授則提醒現場民眾，越來越多人選用「有機」，但要認明有機認證標章，獲得認證才是真正的有機食材。愈多人吃有機，對環境永續有幫助，希望未來有機更高階，台灣成為有機王國，大家消費有機食材有機生產者回饋給大家的是健康；而大家回饋給生產者的是快樂。

現場進行許多互動遊戲，讓民眾有機會把市集的有機蔬果帶回家，吸引現場民眾熱烈參與，而收穫滿滿的民眾也藉此將自己料理各種蔬菜的方式分享給其他人，對於大家比較陌生的蔬菜，則由興大有機農夫市集楊文仁經理在一旁補充

介紹，並提供烹調訣竅，讓大家對市集裡的蔬菜有更多的認識。

中興大學林耀東終身特聘教授希望藉由一系列生動活潑有機推廣活動以寓教於樂的方式進行，吸引許多來到市集採購的民眾參與，即使沒有參與遊戲，也樂在其中的幫參與者加油。到場有不少民眾本身就已習慣消費有機食材，但也期待未來有更多有機消費資訊能提供給他們，讓有機食材的消費更普及。