

## 無肉是種生活態度～北醫大教職員永續無肉活動，9 個月減碳量達 13.3 噸

2025-02-15

本校為推動教職員健康飲食與減碳行動，自 2024 年 4 月～12 月推動的「教職員無肉登錄活動」，9 個月減碳量達 13.3 噸。此次活動的主要目的是透過獎勵及抽獎，促進教職員在日常飲食中選擇無肉餐，除能減碳外，同時提升個人健康，而持續並即時的登錄方式，也讓教職員逐步養成無肉飲食的習慣與態度。

活動期間，教職員只需在早、午、晚三餐中，任一餐食用無肉餐即可登錄積點，若在週一全天均食用無肉餐，則可額外加計點數，並以每月加碼獎勵機制讓教職員持續參與。此舉不僅簡單易行，還有效促使同仁將無肉飲食逐漸融入生活。

活動自啟動以來，由吳麥斯校長與各附屬醫院院長、各學院院長帶頭拍照響應，並鼓勵教職員共同加入。根據統計，活動期間共計有 200 位教職員參與，總共登錄了 14,726 餐無肉，並有 861 人次在週一全天實行無肉飲食，顯示出教職員對無肉活動的支持與認同。此外，除個人主動參與外，同時鼓勵各單位舉辦活動提供無肉餐，活動期間全校共計 70 場活動提供無肉餐，累計 2,336 人次單餐食用無肉，進一步體現了北醫大對無肉餐落實的重視及強化無肉氛圍。【右圖：吳麥斯校長與各附屬醫院、各學院院長帶頭響應，讓參與人數激增】



參與教職員普遍回饋，這項活動讓他們更有動力實行無肉飲食，並更深刻地認識到無肉飲食對健康的益處，同時也對環境保護做出了貢獻。活動期間共計減少碳排放達 13.3 噸，顯示出只要透過生活飲食的小改變，就能堆疊出對環境永續顯著效

益。這樣的成果不僅體現了集體行動的力量，也彰顯了同仁在推動永續發展方面的責任與承擔。【左圖：參與者普遍回饋，這項活動讓他們更深刻地認識到無肉飲食對健康的益處，同時也對環境永續做出了貢獻】

本次無肉登錄活動的成功推動，為今後持續倡導健康飲食與減碳行動奠定了堅實的基礎。未來，學校將逐步自生活轉型各面向推動永續相關行動措施，激勵更多教職員在日常生活中實踐減碳行動，為創造更健康、更綠色的未來繼續努力。（文/人力資源處）【下圖：活動期間共計有 200 位教職員參與，總共登錄了 14,726 餐無肉，並有 861 人次在週一全天實行無肉飲食】

