

國立高雄應用科技大學 101 年度燕巢校區活動大事記

主辦單位	國立高雄應用科技大學通識教育中心		
活動名稱	弘心毅志講座 Super 阿嬤「飲食文化」	參加人數	約 350 位
		參加對象	本校教職員、學生
活動時間	101.10.15(一)10:20-13:30	活動地點	燕巢演藝廳
宗旨	藉由本次講座活動能將『生活美學-輕碳飲食』的概念帶回家裡，運用「五柳枝」的智慧，將一向在廚房中的配角加上時鮮煮食，轉化得色、香味俱全，變成一道道經濟、營養、方便料理，推展輕食的生活藝術，使家庭生活能更有健康、更有品質，打破一般人談到「藝術」就與「花大錢」的錯誤印象並能達到「零廚餘」的目標。		
具體辦理事項	<p>Super 阿嬤是一位來自府城台南的「先生娘」，是一位在廚房修煉一輩子的生活藝術家。二〇〇一年她號召成立「台南市五柳枝生活文化協會」，把三代經驗結晶的育兒家事基本功，以講故事、寓教於樂的方式義務推廣。充滿創意的她用無師自通的油畫功夫製作講義、教具，長年奔波於南台灣校園也不喊累，就是想將下一代教養成優質的「喜之客」</p> <p>而講解內容也包括，外食族吃飯要挑剔，防三高，順著季節走，搶救蔬果農胞。選擇在地、當季及對於環境友善的食材，以減少各項製作及運輸販賣階段對環境的衝擊，減少二氧化碳的排放量。所謂「低碳飲食」旨在於推廣多吃蔬菜少吃肉，「吃的健康」、「吃的均衡」以及「低碳飲食」。</p>		

活動花絮



活動說明：弘心毅志 Supper 阿嬤「飲食文化」講解中



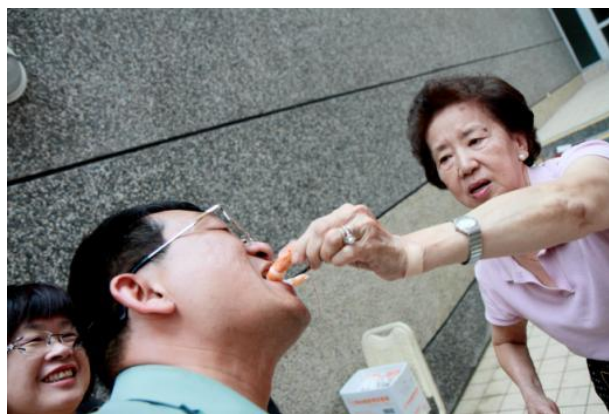
活動說明：學生入場專心凝聽中



活動說明：Supper 阿嬤教導學生如何正確穿脫襪子



活動說明：Supper 阿嬤戶外輕碳烹飪示範



活動說明：Supper 阿嬤烹飪邀請享用美食



活動說明：Supper 阿嬤烹飪結束後大合照