

## 法務部行政執行署嘉義分署

### 推動每週蔬食日活動

#### 一、宗旨：

為達到節能減碳、體內環保及同仁均衡飲食，並落實職場推動環境教育的目的。

#### 二、辦理方式：

1. 自 104 年 1 月 7 日起每週三為本分署蔬食日。
2. 由秘書室製作海報張貼明顯處。
3. 本分署同仁自由簽署參加本活動。

#### 三、本計畫奉准後，公佈實行。

### 每週三樂活蔬醒日活動

為達到節能減碳、體內環保及同仁均衡飲食，自 104 年 1 月 7 日起每週三為本分署蔬醒日，並請同仁自由簽署參加本活動。



#### 蔬食的好處

1. 身體變健康
2. 精神變好
3. 真正的又瘦又健康
4. 思考很敏捷，學習力上升
5. 情緒穩定
6. 對於疾病的抵抗力變高



吃蔬果救地球  
減緩溫室效應

主辦機關：法務部行政執行署嘉義分署

# 每周三樂活蔬醒日

## 蔬食的好處

1. 身體變得輕鬆
2. 精神變好
3. 真正的又瘦又健康
4. 思考很敏捷，學習力上升
5. 情緒穩定
6. 對於疾病的抵抗力變高



## 吃蔬食救地球，減緩溫室效應

1. 製造1卡路里的動物蛋白，所使用的化石能源，是製造1卡路里的植物蛋白的11倍。
2. 研究顯示在中國，被養殖以供食用的動物每年排放40億噸排泄物，比年度工業有機廢料多出了4.1倍。
3. 一份2008由德國進行的研究總結，肉食者造成的溫室氣體排放是純素食者的七倍。
4. 芝加哥大學的研究人員指出，要對抗氣候變遷，吃純素的效用比改開油電混合車更好。
5. 聯合國近期報告總結，全球轉為純素食，是解決氣候變遷的所造成的最嚴重的問題的關鍵。
6. 要生產一斤的肉，需花掉5,000升的水（也就是差不多6個月的洗澡水量），但生產一斤的小麥麵粉，只需花掉380升水。
7. 美國國家環境保護局的（EPA）表示，工廠化養殖場流出的廢水污染了水道，比其他所有工業廢水加總起來還嚴重。

法務部行政執行署嘉義分署  
發起人：

響應人：



