

點亮台灣 點亮海洋 從校園減塑邁向淨零綠生活

## 2025 教師減塑培力工作坊 台北場

這項研究實在讓人倒抽一口氣！2025 年，發表在《自然醫學》( *Nature Medicine* ) 的最新研究發現，人體內的塑膠微粒主要累積在大腦、肝臟與腎臟，且大腦中的濃度比肝腎高出 7 到 30 倍。若將腦內的塑膠微粒濃度換算成質量的話，一位成年人腦約 1.5 公斤重，那他的腦中可能藏有 7 公克的塑膠，這個重量大約等同於一根塑膠湯匙！這些微塑膠究竟如何進入人體？我們的身體有沒有辦法將它們排出呢？

塑膠的問題不只是停留在人體內。從生產、運輸、使用，到最終的回收與焚燒，塑膠的整個生命週期亦是讓地球持續升溫的幫兇，每個環節所釋放的溫室氣體讓全球暖化的狀況雪上加霜。因為人們貪圖方便產生的一次性塑膠垃圾，已經到了無法收拾的地步，嚴重威脅地球上每一個生命體。

面對這個世界性的危機，覺得自己無能為力？身為人類心靈樞紐的老師，擁有從人心根本扭轉未來的力量！誠摯邀請身為「老師」的每一個你，一起以環境教育打造美好未來！「2025 教師減塑培力工作坊」，匯聚全台 525 所校園、超過 24 萬人次師生的減塑經驗，你想要的減塑資源都在這！

★★★★提供「環境教育時數」：4 小時★★★★

### | 課程目標與內容：

- ★ 認識塑膠的危害與急迫性：透過專題講座探討塑膠危害與減塑新知，產生即刻救援的行動力。
- ★ 傳承老手教師的推動經驗與資源：身經百戰第一線推動教師不藏私分享，協助你掌握教學資源，減少校園推動過程的阻礙困境。
- ★ 組建教師推動團隊：在團隊組建的過程中找到未來的教育好夥伴，推動不再單打獨鬥。

| 對象：各級學校在職教職員，或對推動減塑教育有意願者

| 費用：免費(本活動餐飲費由 福智文教基金會北區教師成長團 贊助)

| 報名期間：即日起至「活動前一週」或「額滿」截止

| 時間 / 地點：8/5 (二)09:30-16:00 台北市幸安國小

| 課程表 / 師資

第9階段 8/5(二)點亮工作坊課表 R8 2025/06/18

時間	分鐘數	課程	8/5(二)幸安場講師
09:00-09:30	30'	報到	
09:30-09:40	10'	活動簡介 幸安國小校長致詞	台北市老松國小-呂慧娟老師、 福智文教義工-游婷婷老師
09:40-10:30	50'	減塑講座	慈心淨塑-辦公室安排講師
10:30-10:50	20'	團隊組建活動: 減塑生活配對	台北市長春國小-黃麗如老師 新北市集美國小-何佳玲老師
10:50-11:05	15'	休 息	
11:05-11:55	50'	校園推動經驗分享 -新手篇	台北市民權國小 蔡佩瑩老師(30') 新北市海山國小 潘美汝老師(10') 台北市葫蘆國小 陳璟儷老師(10')
11:55-13:00	65''	午餐/休息	
13:00-13:10	10'	跟著bb減塑動起來	福智文教-游婷婷老師 台北市老松國小-呂慧娟老師
13:10-13:30	20'	追查怪塑特攻隊	新北市海山國小-楊東錦老師 (社區淨街)
13:30-14:30	60	校園推動經驗分享- 老手篇	台北市仁愛國小-柯麗珠老師 新竹縣竹北國中-溫偉柔老師
14:30-14:45	15'	休 息	
14:45-15:20	35'	團隊組建活動: 減塑路上,你我同行	台北市長春國小-黃麗如老師 新北市集美國小-何佳玲老師
15:20-15:30	10'	點亮計畫+網站介紹	點亮計畫辦公室
15:30-16:10	40'	Q&A+歡迎加入 海洋保衛隊	所有講師
16:10		賦 歸	