

你能想像一件好事，透過年輕人的創意推廣，能夠產生多大的效應嗎？

臺南慈濟高中邀請近幾年推動蔬食YOUTUBER(團名：找蔬食Trave)。他們為了推廣「蔬食※環保※極簡」的理念，剪輯諸多有趣的影片，譬如：城市找素、VECAN小廚娘、環保產品評比、理性購物、純素妝容(無動物實驗)等等，讓大眾對於蔬食環保的生活，產生更具體的認識，並且有入門的管道。

此番前來分享是找蔬食的Yang，熱愛運動的他是由葷轉素的最佳見證。原本無肉不歡的Yang和胎裡素的Hao交往後，慢慢進入蔬食者，甚至轉型成VECAN(純素，意旨有意識的選擇食衣住行育樂皆不傷害動物和環境的生活方式)。從初期面對父母的質疑，到後來成為推廣蔬食的YOUTUBER，一路走來有著年輕人特有的熱忱和毅力，才能成為14萬廣大粉絲喜愛的團體。

高二吳若弘同學破除了素食的迷思，原來素食能讓腸胃順暢、皮膚變好(無奶蛋)及體力恢復快，更學習到如何吃素吃的營養均衡，感覺自己應該降低口慾愛護地球，相信最後受益的一定是自己。

講座中撥放的「屠宰場之歌」MV是令講師感到震撼的影像，藉此詢問同學們是否知道屠宰場內到底是如何運作的？儘管只撥放部分片段，但簡報中的數據也讓高二蔡錚瑩同學印象深刻，並期許自己不要因為個人的無知傷害其他動物，如果畜養動物減少，就能有更多糧食養活更多飢餓的人口。

當然，講師的強項還是他們所拍攝的各類影片，尤其是開場的「城市找素 | 網友激推 台南必吃5間小吃 CP值超高 只要銅板價」的影片，讓人垂涎欲滴的片段十分誘人，對於青少年而言，再多的勸說都不惜美味的蔬食料理更有說服力！一開場便掌握了所有學生的目光，讓大家對於生活中的蔬食料理產生很大的興趣！

最後的影片「我的環保產品大集合 愛用品？雷品？優缺點全揭露！」讓同學們大開眼界，原來有許多便利的環保產品可供選擇，但秉持著環保和極簡的理念，「任何物品都要物盡其用才是真環保，不要為了新造型和功能就衝動購物」諸多重要觀念在影片中重複出現！

講師期待大家能夠「有意識地選擇生活的食衣住行育樂」，說真的，在臺灣，選擇蔬食的環保生活並想像中容易得多！



「找蔬食」的Yang首次前來分享，談談由葷轉素的體驗和破除吃素的迷思。



講師談素食的好處和對環境的影響，運用生動的影片和可愛的圖片吸引目光。



講師積極地和同學們互動。



演講結束後許多同學都熱情地和講師合影。

撰文者：林曉瑩

圖：陳達生、林育吟

報導：臺南慈濟高中人文室