

# 輔英科技大學辦理113年度校園心理健康促進計畫

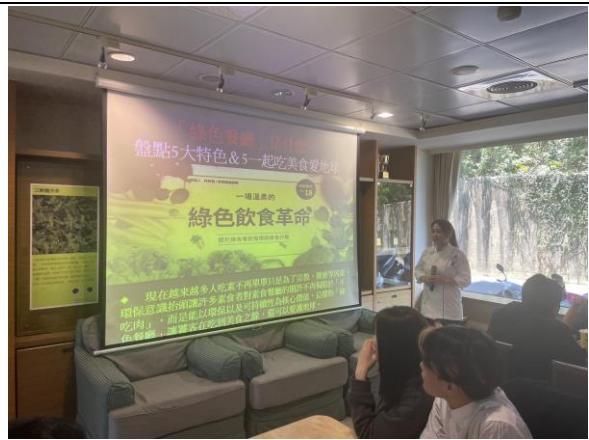
## 「聊療心~找幸福」來趟識心、適心饗宴之旅活動成果報告表

執行面向	<input type="checkbox"/> 開設相關議題通識教育 <input checked="" type="checkbox"/> 辦理強化校園心理健康知能活動 <input type="checkbox"/> 辦理大專校院自殺防治守門人培訓 <input type="checkbox"/> 提升相關人員專業知能 <input type="checkbox"/> 補助精神科醫師鐘點費																																			
活動名稱	「綠色健康餐飲」體驗																																			
承辦單位	休閒與遊憩事業管理系	活動時間	113年4月30日	活動地點																																
		支出金額	配合款：0元 補助款： <b>28,863</b> 元																																	
參加對象與人數	校內學生： <u>51</u> 人 校內教職員工： <u>8</u> 人 (包含導師 <u>2</u> 人；專業輔導人員 <u>0</u> 人；其他教職員 <u>6</u> 人) 校外人士： <u>1</u> 人 總計人數： <u>60</u> 人																																			
時間配當表	<table border="1"> <thead> <tr> <th>項次</th> <th>時段</th> <th>內容</th> <th>主持人</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>10:30~10:45</td> <td>簽到及安排位置</td> <td>群英會館助理 方滋淨</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>10:45~11:00</td> <td>開場</td> <td>休憩系 于建中主任</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>11:00~11:10</td> <td>長官致詞</td> <td>學務處 陳冠位學務長</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>11:10~11:30</td> <td>綠色健康餐飲體驗課程說明</td> <td>李士怡老師/ 休憩系 于建中主任</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>11:30~12:00</td> <td>介紹綠色供應鏈及生產履歷</td> <td>李士怡老師</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>12:00~12:30</td> <td>綠色健康餐飲製作示範</td> <td>李士怡老師</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>12:30~13:30</td> <td>進行綠色健康餐飲 DIY 體驗</td> <td>李士怡老師及休憩系團隊</td> </tr> </tbody> </table>				項次	時段	內容	主持人	1	10:30~10:45	簽到及安排位置	群英會館助理 方滋淨	2	10:45~11:00	開場	休憩系 于建中主任	3	11:00~11:10	長官致詞	學務處 陳冠位學務長	4	11:10~11:30	綠色健康餐飲體驗課程說明	李士怡老師/ 休憩系 于建中主任	5	11:30~12:00	介紹綠色供應鏈及生產履歷	李士怡老師	6	12:00~12:30	綠色健康餐飲製作示範	李士怡老師	7	12:30~13:30	進行綠色健康餐飲 DIY 體驗	李士怡老師及休憩系團隊
項次	時段	內容	主持人																																	
1	10:30~10:45	簽到及安排位置	群英會館助理 方滋淨																																	
2	10:45~11:00	開場	休憩系 于建中主任																																	
3	11:00~11:10	長官致詞	學務處 陳冠位學務長																																	
4	11:10~11:30	綠色健康餐飲體驗課程說明	李士怡老師/ 休憩系 于建中主任																																	
5	11:30~12:00	介紹綠色供應鏈及生產履歷	李士怡老師																																	
6	12:00~12:30	綠色健康餐飲製作示範	李士怡老師																																	
7	12:30~13:30	進行綠色健康餐飲 DIY 體驗	李士怡老師及休憩系團隊																																	
辦理方式	邀請講師針對綠色健康餐飲體驗有興趣之學生與教師，共同參與綠色健康餐飲體驗課程，從綠色供應鏈的專業知識，讓師生瞭解生產履歷的重要性，並進行 DIY 體驗，讓師生得到舒壓的感受，也實踐永續發展目標。																																			
講師簡介	姓名	李士怡	現職	日梵企業社 執行經理																																
	重要經歷	國立高雄應用科技大學 觀光管理系觀光與餐旅管理碩士班 碩士 專業證書： 1.丙級調酒技術士證 2.乙級中餐烹調-葷食 3.丙級西餐 4.國際調酒協會專業咖啡師認證 5.HACCP-60A 6.HACCP-60B 7.國際調酒協會專業咖啡種子師資認證研習會																																		

		<p>8. IBA 國際調酒師</p> <p>9. INTRODUCTION 種子師資博奕研習會</p> <p>個人經歷:1. 虹彩驛度假事業股份有限公司旅館管理部及餐飲經理</p> <p>2. 皇佳鑫實業股份有限公司旅館餐廳部 經理</p>
進行內容 簡述	「綠色健康餐飲」體驗目的為透過專業的綠色飲食體驗，使參與者從中獲得舒壓的體驗，進一步了解到綠色健康餐飲對自我身心健康狀況的重要性，以及提高參與者後續在生活中履行健康飲食的意願。	
活動感言	<ol style="list-style-type: none"> <li>希望下次還可以再辦類似活動。</li> <li>非常開心學校辦這樣的綠色健康餐飲活動。</li> <li>從活動中了解到綠色供應鏈及生產履歷的觀念。</li> <li>對綠色健康餐飲體驗課程滿意。</li> <li>希望下次再辦這個活動菜單海鮮多一點。</li> </ol>	
具體成果	<p>一、質性成果</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>透過主廚介紹綠色供應鏈的專業知識，讓師生瞭解生產履歷的重要性，進行實質 DIY 美食體驗，參與者得到舒壓的感受，也實踐永續發展目標。</li> <li>參與「綠色健康餐飲」體驗課程，可確保健康的生活方式，促進各年齡人群的福祉，讓同學品嚐美食的快樂。</li> </ol> <p>二、量化成果</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>辦理1場次「綠色健康餐飲」的體驗課程。</li> <li>94%的同學透過本次體驗活動帶來紓壓的體驗，以及提高在生活中履行健康飲食的意願。</li> </ol>	
回饋調查分析	<ol style="list-style-type: none"> <li>本次綠色健康餐飲活動參與者男生佔58%女生佔42%</li> <li>本次綠色健康餐飲活動參與者86%為20-30歲學生</li> <li>本次綠色健康餐飲活動參與者有76%是喜歡愛吃美食的</li> <li>本次綠色健康餐飲活動參與者有16%每週吃美食4次以上，3次的有22%，2次的有30%</li> <li>本次活動參與者可接受美食的預算1000以下佔60%，1000-2000的有38%，2000-3000的有2%</li> <li>本次綠色健康餐飲活動參與者有50%非常滿意，滿意的也佔有44%，普通的為6%，沒有不滿意</li> <li>本次活動參與者對講師滿意度為52%非常滿意，滿意的也佔有44%，普通的為4%，沒有不滿意</li> <li>本次活動參與者活動後有24%非常開心，有54%開心，普通的為20%，2%則無感</li> <li>本次綠色健康餐飲活動參與者有92%下次還會參加類似活動，有8%不會</li> <li>本次綠色健康餐飲活動參與者有92%下次還會邀請同學或朋友參加類似活動，有8%不會</li> </ol>	
檢討與建議	<ol style="list-style-type: none"> <li>參與本次活動 之參與者有92%，於下次舉辦類似活動時會攜伴參加，且本次活動參與者有94%藉由本次活動達到舒壓的效果。</li> <li>預計將於6月份會再舉辦一次綠色飲食體驗活動。</li> </ol>	
活動照片 / 至少 6 張	 <p>【綠色餐廳認證介紹】</p>	 <p>【綠色健康餐飲說明】</p>



【介紹 DIY 綠色餐飲食材】



【介紹綠色供應鏈及生產履歷】



【綠色健康餐飲 DIY 體驗】



【綠色健康餐飲製作示範】



【綠色健康餐飲製作】



【綠色健康餐飲分組體驗】