

東吳大學第 2 哩活動

「有品青年公益健行—知福、惜福、邁向零廚餘」企畫書

一、活動目標：活動方案規劃以團隊合作為主，透過人際互動及環境的探索，培養學生解決問題的能力，結合公益及品德教育，將服務學習教育從校園推廣至社區。藉由活動的參與、體驗覺察及反思過程，使學生透過自我對話，刺激多元的思考並學習成長。

二、活動對象：優久大學聯盟學校學生，參加者組隊報名，每隊6人，未滿6人，主辦單位保有協助湊隊的權利。

三、活動時間：110 年 5 月 15 日(六)上午 8:00-晚上 7:30。

四、活動地點：東吳大學外雙溪校區、合江學宿、北投泉思學舍、士林區、中山區、北投區。

五、主辦單位：東吳大學學生事務處。

六、報名期間：即日起至 4 月 28 日(三)。

七、報名方式：Google表單報名。<https://reurl.cc/qmaj7R>

八、活動費用：優久大學聯盟學校學生每人酌收活動費用200元。請於填寫表單後三個工作天內匯款活動費用，始完成報名手續。活動費用繳費截止日至5月3日(一)止。
(郵局戶名：東吳大學學生住宿中心李素娟、帳號：0001864 0129901)

九、報名聯絡人：學生事務處德育中心陳伶鯉專員 2311-1531分機2362

學生事務處德育中心陳孟好組員 2881-9471分機7107

十、活動內容：

(一)品德健行趣：

1. 以健行活動為主軸，規劃有三條路線，自東吳大學三個宿舍區(合江學舍、泉思學舍及外雙溪宿舍)出發，最後集合於外雙溪校區。帶領參與者用雙腳認識台北市，進一步認識各宿舍區至外雙溪校區沿路景點、社區環境，沿途邀請學校社團設置闖關關卡，提供知性、感性、趣味性內容，增加活動豐富度與參與感。另，於沿途設置檢核點，以確保安全、引導方向並掌握進度。
2. 活動進行全程以團隊為單位，規劃以團隊任務推廣品德教育，任務可於活動當日執行，例如：團隊共同勸募發票捐贈於公益機構、健行過程撿拾街道垃圾…等品德活動，不僅培養團結合作與解決問題的能力，於「做中學」體會服務精神，也使參與者能實踐品德核心價值，培養社會關懷能力。
3. 結束健行活動後，全體人員集合於外雙溪校區享用午餐，稍作休息後接續下午的團隊活動。

(二)秀出好廚藝，共享好食光：

1. 活動以零廚餘議題為設計核心，參與者以團隊為單位，分組進行烹煮晚餐競賽，

將活動提供的食材，發揮創意進行料理的烹煮，並為菜色命名，參與者需挑戰將所有食材入菜，達到零廚餘境界。製作出來的料理將邀請師長作為評審，針對料理創意、命名及美味等評分，過程中未使用一次性用品也將列入評分標準，帶領參與者透過實際行動落實環境保護愛地球。

- 除了食材以外，調味品、鍋具、碗筷等用品，皆需由團隊自行攜帶，期許透過團隊每個人負重的分工、評估及溝通，進一步發揮團隊合作的功能。

(三)閉幕式：活動從健行至創意料理競賽，皆設計評分標準，最後選出前 10 名小隊，於傳賢堂舉辦閉幕儀式，進行頒獎，並結合社團表演及摸彩為整日的活動做結尾。

十一、活動流程：

日期	時間	內容	地點
110 年 5 月 15 日 (六)	08:00-08:30	【品德健行趣】 健行隊伍集合	合江學舍(台北市中山區合江街53號)、泉思學舍(台北市北投區北投路二段55號)及外雙溪宿舍(台北市士林區臨溪路70號)
	08:30-09:00	【品德健行趣】 開場及暖身操	
	09:00-13:30	【品德健行趣】 健行+品德團隊任務+闖關活動	
	13:30-14:30	午餐時間(便當)	東吳大學外雙溪校區
	14:30-15:30	小組討論、反思時間	
	15:30-15:40	【秀出好廚藝，共享好食光】 開場、團隊競賽規則說明	
	15:40-17:00	【秀出好廚藝，共享好食光】 廚藝競賽開始	
	17:00-17:30	【秀出好廚藝，共享好食光】 評審評分時間	
	17:30-18:30	【秀出好廚藝，共享好食光】 晚餐時間	
	18:30-18:40	移動至傳賢堂	
	18:40-19:30	閉幕式	

十二、活動未盡事宜，將於行前通知補充說明。