

2018 年綠食育點線面推廣計畫

壹、主題簡介：「綠色飲食」申請單位可組合為 2 小時或 3 小時課程。「綠繪本」可申請為學生課程，且需運用正課時間。

綠色飲食教育	主題	
<p>一、課程簡介： 「綠色飲食」為建立健康基礎觀念的課程，學習綠色飲食原則，在食安風暴的時代當個智慧選擇的消費者，守護家人健康，也為友善土地貢獻力量。</p> <p>二、講師簡介： 主婦聯盟新竹分社綠食育推廣員</p> <p>三、推廣實績：2014 年～2017 年新竹市婦女/竹塹社大 陸續開班授課 2014 年春「健康烘焙點心」 2014 年春「食品安全與健康」 2014 年秋「食品安全與健康」 2015 年春「主婦綠食堂」 2015 年秋「主婦綠食堂」 2016 年春「善農良食」 2016 年秋「善農良食」 2017 年春「廚房新手的食安課」 2017 年秋「廚房新手的食安課」</p> <p>四、講師費及材料費： 請申請學校或社區團體提供講師費，及實作材料費（視材料費用而異）。 若有講師費，則將部分回捐至綠食育小組作為培訓講師所用；若經費有限，無法提供講師費。我們會會考量個別學校或社區團體情況，申請公益金服務。</p>	<p>基改食品知多少—成人版</p> <p>1.認識基改現況 2.可搭配食物教作,材料費 30 至 50 元/人</p>	<p>食品添加物知多少</p> <p>1. 何謂食品添加物？ 2. 食品添加物和日常飲食的關係。 可搭配免揉麵包教作，示範 20 元/人，教作 50 元/人。</p>
	<p>綠繪本教學應用</p> <p>1. 介紹何謂綠繪本 2. 如何運用繪本進行綠食育及環境教育教學。分享已開發繪本教案。</p>	<p>建構綠色生活圈 ～認識合作社</p> <p>1. 建構綠色生活圈 2. 認識合作社 3. 合作社社會經濟體</p>
	<p>剩食與全食</p> <p>1. 食物一生 2. 剩食概況 3. 全食應用 4. 可搭配全食料理教作 30 至 50 元/人。</p>	<p>糧食自給率與當季當食</p> <p>1. 何謂糧食自給率？ 2. 糧食安全重要嗎？ 3. 當季當食的重要 4. 可搭配當季料理或米飯教作 30 至 50 元/人。</p>
	<p>我們要喝乾淨水</p> <p>1. 認識新竹縣市飲用水現況（頭前溪） 2. 如何改善飲用水品質</p>	<p>汙染從清潔後開始</p> <p>1. 認識清潔原理 2. 清潔劑造成的環境荷爾蒙影響 3. 如何選擇清潔劑？ 4. 可搭配： （1）液體清潔劑示範+手工皂教作，材料費 100 元/人。 （2）液體清潔劑示範+魔法菜瓜布 60 元/人。</p>
	<p>守護餐桌—基改風險不可不知（國小版）</p> <p>1.認識基改。2.基改風險。3.基改標示。4.簡易料理。 材料費 30 元/人。</p>	

綠繪本	綠繪本說故事						
<p>一、什麼是綠繪本？ 以環境保護、生態保育、人與自然等綠色概念與知識為題材的圖畫故事書。 現成的兒童環境教育素材。 (1) 學童可從聽故事潛移默化接受綠色意念與做法 (2) 藉由環教體驗，增進環境素養不說教，寓教於樂：圖文並茂，比課本教材更有意思，更受歡迎。</p> <p>二、講師費及材料費： 本活動為台灣主婦聯盟生活消費合作社公益金支持。 請申請學校或社區提供講師費、教材費 30 元/人。若申請輕食實作，費用另計。 若有講師費，則將部分回捐至綠繪本小組作為培訓講師所用；若經費有限，無法提供講師費。我們會會考量個別學校（社區）情況，申請公益金服務。</p> <p>三、過去三年推動實績： 2014 年 新竹市水源國小 2015 年 台北市國語實小、新竹市科園國小、新竹縣寶山國小山湖分校、新竹縣嘉興國小義興分校 2016 年 新竹縣六家國小、新竹市科園國小、桃園市快樂國小 2017 年 新竹市龍山國小、新竹市東園國小、新竹市東門國小 2015-2017 年 竹北市農會四健會合作</p>	<p>*上課方式：繪本演奏—背景知識介紹—延伸活動 *上課對象：國小學童 *課程內容：依對象調整課程深淺及搭配活動</p>						
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>繪本名稱</th> <th>內容簡介</th> <th>時間/分</th> <th>延伸活動</th> <th>主題</th> <th>備註</th> </tr> </thead> </table>	繪本名稱	內容簡介	時間/分	延伸活動	主題	備註
	繪本名稱	內容簡介	時間/分	延伸活動	主題	備註	
	<table border="1"> <tr> <td>阿平的菜單</td> <td>阿平當家作主決定自己可以吃什麼，他會發生什麼事呢？</td> <td>80</td> <td>飲食紅綠燈、汽水魔法</td> <td>食品添加物</td> <td></td> </tr> </table>	阿平的菜單	阿平當家作主決定自己可以吃什麼，他會發生什麼事呢？	80	飲食紅綠燈、汽水魔法	食品添加物	
	阿平的菜單	阿平當家作主決定自己可以吃什麼，他會發生什麼事呢？	80	飲食紅綠燈、汽水魔法	食品添加物		
	<table border="1"> <tr> <td>奶茶好好喝</td> <td>公主喜歡喝各式各樣的奶茶，她需要愈來愈大的茶壺，加愈來愈多的糖...</td> <td>80</td> <td>抓糖小高手</td> <td>過糖飲料的秘密</td> <td></td> </tr> </table>	奶茶好好喝	公主喜歡喝各式各樣的奶茶，她需要愈來愈大的茶壺，加愈來愈多的糖...	80	抓糖小高手	過糖飲料的秘密	
	奶茶好好喝	公主喜歡喝各式各樣的奶茶，她需要愈來愈大的茶壺，加愈來愈多的糖...	80	抓糖小高手	過糖飲料的秘密		
<table border="1"> <tr> <td>好一個瓜啊</td> <td>南瓜妹不愛吃青菜，只愛吃速食。全家一起去種菜後，她發生了意想不到的變化...</td> <td>80</td> <td>蔬果大風吹、種子想開花</td> <td>蔬菜營養百分百、農藥肥料真的需要嗎？</td> <td></td> </tr> </table>	好一個瓜啊	南瓜妹不愛吃青菜，只愛吃速食。全家一起去種菜後，她發生了意想不到的變化...	80	蔬果大風吹、種子想開花	蔬菜營養百分百、農藥肥料真的需要嗎？		
好一個瓜啊	南瓜妹不愛吃青菜，只愛吃速食。全家一起去種菜後，她發生了意想不到的變化...	80	蔬果大風吹、種子想開花	蔬菜營養百分百、農藥肥料真的需要嗎？			
<table border="1"> <tr> <td>爺爺的有機麵包</td> <td>小雪因為異為性皮膚炎搬去和爺爺奶奶同住。爺爺改變她的飲食習慣，並帶著她從種植小麥開始，學習製作麵包，小雪的過敏好了，也體會了許多事...</td> <td>80</td> <td>飲食金字塔、全穀大考驗</td> <td>認識全穀類、認識稻米，學習均衡飲食</td> <td></td> </tr> </table>	爺爺的有機麵包	小雪因為異為性皮膚炎搬去和爺爺奶奶同住。爺爺改變她的飲食習慣，並帶著她從種植小麥開始，學習製作麵包，小雪的過敏好了，也體會了許多事...	80	飲食金字塔、全穀大考驗	認識全穀類、認識稻米，學習均衡飲食		
爺爺的有機麵包	小雪因為異為性皮膚炎搬去和爺爺奶奶同住。爺爺改變她的飲食習慣，並帶著她從種植小麥開始，學習製作麵包，小雪的過敏好了，也體會了許多事...	80	飲食金字塔、全穀大考驗	認識全穀類、認識稻米，學習均衡飲食			
<table border="1"> <tr> <td>都是放屁惹的禍</td> <td>地球暖化似乎是不可逆轉，但你知道吃牛肉竟是升溫主因。</td> <td>80</td> <td>當季當食</td> <td>低碳飲食</td> <td></td> </tr> </table>	都是放屁惹的禍	地球暖化似乎是不可逆轉，但你知道吃牛肉竟是升溫主因。	80	當季當食	低碳飲食		
都是放屁惹的禍	地球暖化似乎是不可逆轉，但你知道吃牛肉竟是升溫主因。	80	當季當食	低碳飲食			
<table border="1"> <tr> <td>水繪本：建議下半年申請</td> <td>《山上的水》、《上山種下一棵樹》、《小水滴的旅行》</td> <td>80</td> <td>水循環、水怎麼了</td> <td>識水、惜水</td> <td></td> </tr> </table>	水繪本：建議下半年申請	《山上的水》、《上山種下一棵樹》、《小水滴的旅行》	80	水循環、水怎麼了	識水、惜水		
水繪本：建議下半年申請	《山上的水》、《上山種下一棵樹》、《小水滴的旅行》	80	水循環、水怎麼了	識水、惜水			

貳、申請對象：桃竹苗區學校教職員、學生班級及社區/團體。

參、申請方式：如欲申請課程，請詳填申請表單，並加蓋單位戳章，電郵至 greenbookhucc@gmail.com，主辦單位有權決定排課優先順序。

肆、聯絡單位：主婦聯盟生活消費合作社新竹分社（教委會）

聯絡電話：0937-989482 彭桂枝，地址：新竹市東區南大路 175 號

伍、課程相片及成果得作為申請單位及本社成果發表運用。

陸、贊助單位：有限責任台灣主婦聯盟生活消費合作社（公益金）。

2018 年綠食育點線面宣導申請表 (第 1 頁, 共 2 頁)

申請日期： 年 月 日 (至遲請於活動一個月申請，以利安排講師)

單位名稱		申請單位統編	
聯絡人		職稱	
聯絡電話	(O) _____ (M) _____		
E - m a i l			
宣導日期 108/3/1~12/15	<input type="checkbox"/> 指定日期： <input type="checkbox"/> 配合講師		
場地設備	投影設備： <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 沒有 電腦： <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 沒有 麥克風： <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 沒有	喇叭： <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 沒有 料理教室： <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 沒有	上課地址
課程 (請勾選與填寫)	<input type="checkbox"/> 綠色飲食教育，請選擇主題： _____ 搭配實作， <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是，實作主題： _____ (費用為使用者付費) _		
	<input type="checkbox"/> 綠繪本說故事，請選擇繪本： _____		
綠食育 參加對象	對象	約略年齡	人數
綠繪本 參加對象	班級	教師姓名	人數
經費配合	<input type="checkbox"/> 可提供講師費 _____ 元、交通費 _____ 元。 <input type="checkbox"/> 綠繪本教材費：願意提供學生每人教材費30元/本。(建議由班費支出材料費。因材料為整批購買，無法細分單據。我們將提供「收款證明」，作為班費報帳使用。)		

- | | |
|--|--|
| | <input type="checkbox"/> 實作費：輕食或其他實作費用，_____元/人以內，提供單據核銷。
<input type="checkbox"/> 為夥伴學校/夥伴團體，講師費希望優先申請公益金支應。 |
|--|--|

2018 年綠食育點線面宣導申請表 (第 2 頁, 共 2 頁)

■ 申請方式及注意事項：

1. 表格填妥後，請電郵至 greenbookhucc@gmail.com，並請來電 0937-989482 確認。
2. 各場時間及人數限制：
 - ①講座進行時間為 2 至 3 小時。
 - ②綠繪本說故事、非基改推廣（國小版）為 80 分鐘。
 - ③人數限制：綠食育講座人數至少須 10 人。綠繪本說故事以班級為單位最佳，若合班人數 限制為 50 人以內。
3. 至遲請於活動 1 個月前申請，以利安排講師。
4. 各項費用以申請單位自付為原則。偏鄉小校/社區團體及綠食育夥伴學校，將視情況申請主婦聯盟生活消費合作社公益金場次辦理。

■申請即同意課程相片與成果，得作為申請單位及主婦聯盟生活消費合作社之成果發表運用。

■請於表單空白處，加蓋**申請單位**戳章確認。

(申請單位戳章)

備 註

- 1.貴單位是否有主婦聯盟合作社社員？ 是，姓名_____。 否。
- 2.是否已安排合作說明會？
 - 是， 月 日。
 - 否
 - 希望安排合作說明會。