

第三屆有事青年行動競賽展版內容

一、團隊名稱

粿然！是嘉的味道

二、團隊 LOGO 跟團體照片

LOGO



團體照



三、指導老師

中正大學 心理學系 許功餘

中正大學 高齡跨域創新研究中心 呂怡慧

四、團隊成員

中正大學 心理所 陳冠穎

中正大學 心理所 黃恩莉

中正大學 心理所 張曉鈴

中正大學 高齡所 陳思妤

五、請為本展版標題出一個最精彩的大標，來呈現你們的行動主題

粿然好創新 🍡 青銀共創幸福好滋味

六、行動簡介

團隊初衷是讓長輩重新獲得活力，傳承他們的經驗與智慧，因此我們決定將菜燕與粉粿重新打造！做出屬於嘉義市的新樣貌在地特色點心，比如鳳梨優酪乳菜燕。並舉辦廚藝創意大賽、行動餐車等青銀共創方式讓理念更加生動！

七、行動實踐模組

1. 想要幫助的議題	回想小時候最懷念阿嬤的手路菜，但長輩卻常認為自己沒有用處而沮喪，因此想幫助他們發現自己的寶貴之處
2. 如何發想行動方案	<ol style="list-style-type: none">1. 食譜書與影音紀錄，讓長輩成為網紅2. 青銀共創餐車，與長輩一起賣菜燕、粉粿3. 青銀共創交流坊

<p>3. 實踐執行方案內容</p>	<p>★ 青銀共創，打造菜燕 x 粉粿新口味</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 粿然！健康就要這樣吃 搭配營養師的講座，並一起與長輩們試做不同口味的菜燕、粉粿 2. 誰是「粿然」大師—創意菜燕/粉粿料理競賽 長輩們自行組隊進行創意口味比賽，提升長輩成就感！ 3. 粿然好滋味—成果展暨粿然大師頒獎 一同回憶這兩個多月的相處點滴，長輩們都認為自己年輕十歲！ 4. 粿然小餐車，跨區推廣中正學子 請學生打電話關心長輩，分享團隊理念給家人，以行動影響行動
<p>4. 行動造成的改變</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 青銀共創的形式活躍長輩心靈，喚起他們年輕時的回憶 2. 推廣古早味甜點，讓年輕人認識逐漸失傳的佳餚 3. 大眾開始關注長輩的心理健康及思考如何應對即將到來的超高齡化社會 4. 形成未來社區的行動方案（廚藝比賽或美食翻新活動） 5. 用 Ig、Fb 和公民記者平台推廣行動理念，曝光人數約 2 萬人次

八、感想

藉由這次的活動接觸到不同年齡與背景長輩們，了解社區長輩們的想法，我們發現長輩們對年輕人愛護的心都是相同的—每位長輩都希望年輕人能站在他們的肩膀上看到更遠、更廣的世界。行動中不僅是讓他們激發創意、重獲活力，我們在這之中也獲得他們寶貴的智慧，在他們的重獲成就感與幸福感的笑容中，我們也感受到了同等的幸福。

九、最具代表性的行動照片

照片說明：

裸然大師廚藝競賽—團隊與長輩的青銀共創



照片說明：

裸然小餐車—中正大學學生分享行動成果

