

藝起趣茂險

成果報告書



黃薰誼 淡江大學 公共行政學系

蔡元禎 臺北市立大學 視覺藝術學系

114.07.12-07.26

宜蘭縣大同鄉茂安社區發展會

目錄

01

前言

- 關於一起趣茂險
- 關於茂安
- 關於茂安文健站

02

服務進行方式

- 服務的形式
- 服務的對象
- 服務的內容

03

服務過程文字與影像記錄

- 服務期間文字記錄
- 服務期間影像紀錄

04

前置準備工作與時間

- 活動計劃書初版
- 第二版活動計劃書
- 課程細流

05

服務使用器材與設備及其來源

- 器材清單
- 設備用途
- 來源說明

06

服務成果與效益

- 服務歷程及成果
文健站長者陪伴、部落孩童陪伴、部落文化保留紀錄
- 文健站長者回饋表單

01、前言

關於藝起趣茂險

我們都是第一次進到茂安和第一次深入部落
做蹲點的服務和紀錄，這趟蹲點對於我們
來說有滿滿的未知就像是新的冒險，
在去之前看了茂安的照片那山嵐光影
就像件藝術品般令人著迷，
我們也期盼可以透過藝術的方式
將茂安的一切讓大家看見，
並且將在茂安所發生的趣事記錄下來，
也期待我們在茂安可以一起創造有趣的記憶!!
接下來就跟著我們一起趣冒險吧!!



關於茂安



茂安部落位於蘭陽溪右岸，台7甲12公里處，
海拔約600公尺，屬泰雅族溪頭群留茂安社。
茂安又分為三個小部落分別為上部落、
中部落以及下部落，而我們主要服務的據點
文健站在下部落(志航巷)，活動中心也位於此
在這個小而美且友善的部落
要去最近的7-11要開車約30分鐘，
資源相對其他社區不足但他們依舊保持樂觀
且快樂這是在茂安所看見!

關於茂安文健站

文健站的全名為原住民族文化健康站，
一方面保留傳統文化另一方面提供
長者社交健康照護的空間，
期許長者能夠健康快樂地在地老化，
也創造返鄉就業機會
茂安曾是大同鄉唯一沒有文健站的部落，
經過2年爭取，
終於在去年10月有了屬於自己的文健站了!



02、服務進行方式

服務的形式

本次蹲點採用定點服務結合社區走訪的方式，
著重於陪伴，駐點於宜蘭縣大同鄉茂安社區發展協會
並深入部落進行文化探索與互動。
透過每日的實地參與與紀錄，
逐步貼近社區生活與在地脈絡。



服務的對象

主要服務對象為茂安文健站裡的部落長者、
放暑假的部落小孩們以及社區發展協會，
在茂安也特別關注原住民族群的生活樣貌
與文化傳承，並與不管是茂安文健站裡的成員
亦或者當地的居民密切互動，建立信任與交流。



服務的內容

1. 協助設計並帶領部落文健站的長者活動。

本次服務除了協助文健站已排成的活動以外，我們也帶領長者做了三場的手作活動其中包括：

- (1) 紙想愛茂安(手抄紙活動)
- (2) 手作輕黏土(輕黏土吊飾)
- (3) 葉!好愛茂安(葉子黏貼自畫像)



2. 協助採訪耆老,保存文化記憶。

本次服務亦有一項重要任務，茂安部落每年都會舉辦桂竹筍節，其中有個重要的體驗是族人會帶民眾走訪舊部落步道，以此增加參與意願，故我們本次有請當地耆老帶我們走訪步道並為他們製作活動簡章以及導覽稿供他們未來使用!



3. 陪伴部落裡正放暑假的小朋友們。

早上的時間大多數在文健站度過，
下午就會陪伴正放暑假的小朋友們，
在出發前我們有向玩具圖書館申請玩具，
和照服員以及理事長討論過後將玩具放在文健站以
及發展協會提供給小朋友，讓這些桌遊、益智玩具
等小物可以在我們離開以後持續陪伴他們！



4. 社群經營與分享提高茂安能見度。

經營Instagram與Facebook專頁「藝起去茂險」，
每2~3日發布三篇文章(茂安小知識、族語小教室以及線上藝廊等)
在社群媒體上，並與大家互動，擴大社區能見度，也讓粉絲們能夠看見
以及更了解茂安，甚至可以透過我們的社群媒體來學習茂安的母語，
貼文都是透過與部落居民的深度對話，記錄他們的生命故事、文化記憶與生活智慧。



03、服務過程文字&影音記錄

DAY1

準備兩個月的蹲點終於在 7/12 啟程！

薰誼從台南北上，與開著滿車物資的方針會合，

沿途高山環繞、景色如畫，終於抵達茂安部落。

方針驚呼：「照片看一個月，終於見到實體了！」

卸下物資後，我們在下部落遇見熱情的在地小朋友，

他帶我們探訪溪邊秘境，展開截然不同的午後時光。

返程途中巧遇居民，大致聊了一會學了泰雅族語的问候約好週一文健站見。

回到民宿後備料煮晚餐，在小貨櫃屋安頓好一切，準備迎接明天的茂安日常！



DAY2

聽聞早上 8:30 ~ 9:00 將有菜車進部落，

我們吃完早餐便驅車前往下部落採購，卻還是晚了一步！

雖然錯過了菜車，我們仍不想錯過晴朗的茂安，便在部落漫步，

巧遇昨天帶我們探秘境的小朋友，還多了幾位假日返鄉的孩子，

一起打了場籃球。午後前往南山部落，買了高麗菜準備晚餐，

走訪教堂、南山國小與泰雅傳統家屋，

感受滿山高麗菜與先人智慧。回到茂安後與理事長見面，

用昨天學的泰雅族語打招呼，

並實地走訪中部落、上部落與茂安步道。



DAY3

一早出發，迎接我們在茂安文健站的第一堂課——手抄紙。

十點時教室人數寥寥，我們笑說：「該不會只有我們吧？」

幸好不久後已有八位長者到場。

課程中，他們展現驚人專注與創作力，儘管年逾七十，

仍細緻完成作品，甚至有人首次就工整寫下名字。

午餐後，我們與小朋友在部落散步、拍照、聊天，

他們帶我們繞了一圈茂安，也交了他們如何運用單眼相機。

下午陪他們打掃協會，處理日前滅火器事件的殘局。

今天，我們不只教課，更學會了熱情與尊重，也更愛茂安了。





DAY4

文健站今天安排健康操與文化課，長者們透過視訊做伸展運動，文化課主題是「家屋」，他們擺出過去家屋的擺設位置，讓我們更認識泰雅文化。下午剪片、寫文案，也與放暑假的小朋友們玩耍。拜紀錄片所賜，我們拜訪長輩並邀請他成為受訪者，越聊越著迷茂安的文化。傍晚回程時，第一天熱情打招呼的爺爺送我們一袋蔬菜，宜芬姐也送來南瓜與四季豆。走出文健站的那一刻，我們就是全大同鄉最幸福的人了。



DAY5

今天終於追到菜車啦！買了許多芒果、青菜和肉，滿載而歸。文健站今天來了許多新面孔長者，我們再次向長者打招呼，還加上泰雅族語，感覺自己更融入了。今天活動是製作許願瓶，每位長者的作品都展現獨特風格，讓我們更認識他們。下午走訪期待已久的 Melayan 步道，百年石板牆與半穴屋遺址今人敬畏，彷彿走進祖先的生活。步道神聖，難怪居民不願隨意開放。離開時天空才下起大雨，像是祖靈庇佑。



DAY6

今天一早，我們與部落小朋友一同走路上學，手勾著手唱著「一同去郊遊」，笑聲讓上學路變得好歡樂。今天要體驗的是從未接觸過的竹弓箭，祖先的智慧今人驚嘆，從弓、箭到弦全用竹子製成，製作過程充滿學問。中午，方針的媽媽帶來自製豆花與大家分享，甜在嘴裡也暖在心裡。下午採訪部落耆老，聽他講述舊茂安步道的歷史並約好再一起走訪。傍晚前往南山為小朋友 Qawil 準備生日禮物與卡片。晚上在他家慶生，孩子們齊聚一堂，丟球、吃蛋糕，熱鬧又溫馨。對我們而言，是難得的部落夜晚，也是一段今人羨慕的童年記憶。



DAY 7

早晨一到文健站，我們趁長者未到前完成日誌撰寫與貼文上傳。今天有講師帶健康營養課程，讓我們有更多時間與小朋友互動。學校課程結束後，活動中心湧入孩子們，我們也終於派上向玩具圖書館申請的玩具，感謝捐贈家庭的支持！下午文健站成了歡樂的遊戲間，一起玩大富翁與積木，不僅訓練算數，也讓他們認識台灣城市。玩累後轉戰活動中心，捉迷藏與鬼抓人笑聲不斷，成為我們15天中最療癒的時光。這些互動已成日常，也讓我們更融入社區。傍晚回民宿途中，我們拜訪村長店家，表達拍攝紀錄片的想法，期盼未來順利展開。把握當下，珍惜每一刻的茂安時光。



DAY 8

今天是我們的半休息日，給自己一點喘息空間。一早，我們便前往活動中心協助義剪活動，第一次親眼見到義剪，村民剪完髮後煥然一新，喜悅溢於言表。活動結束後，我們搭宜芬姐的便車下山洗衣、採買材料與日用品。平時對麥當勞無感的我們，竟在山下感到小小興奮，因山上天氣不穩，我們將衣物送洗，陽光對我們來說成了奢侈。途中買了牛舌餅、挑選送給孩子們的禮物，最後再來杯珍奶，滿足感爆棚。回程途中，心裡湧現幸福感，感謝今天能到市區走走，充飽電力。謝謝宜芬姐一路相伴！

DAY 9

茂安連日陰雨，倒數六天的日子讓我們更想珍惜每一刻。今天薰誼發燒，整個早上臥床休息，吃了退燒藥後稍微恢復，但宏亮的嗓音也暫時轉為輕聲細語。方針則與回部落的小朋友們玩踢罐子，活動中心熱鬧非凡。下午活動照常進行，只是音量稍微降低。週末我們回訪最愛的湯包店，也拜訪村長，詳細說明紀錄片構想並遞交訪綱，意外發現店家景色絕美。傍晚陪孩子們打籃球後，前往 Qawil 阿公家送訪綱，以便做後續要給予茂安發展協會的導覽解說稿。願天空快快放晴，也讓薰誼早日康復，繼續擁抱這段深刻的蹲點旅程。





DAY 10

今天是我们蹲點期間最奔波、最晚回民宿的一天，但卻也是收穫最多的一天！一早冒雨前往茂安舊部落步道，由耆老阿公親自導覽，深入了解植物、動物與舊部落遺址。午餐得知有小朋友因家人生病即將下山，我們匆忙打包餐點與禮物送去。下午陪孩子們玩踢罐子、籃球、大風吹、大富翁，笑聲不斷。文健站也迎來山地巡迴醫療，讓我首次在部落看診，感動不已。傍晚受邀至耆老家共餐，飯後參觀爺爺珍藏的百年織布，保存完好，彷彿小小故宮。今天不只知識豐收，更是心靈滿載的一天。茂安的溫度，真的好暖。

DAY 11

今天迎來第二堂文健站課程——輕黏土吊飾。原本規劃定格動畫，考量長者操作便利，臨時改為吊飾製作，結果大成功！長者們對作品依舊講究，熱情不減，還有人多做好幾個。午餐後趁晴天前往村長家訪問，雖未遇見，便轉往紀錄片主題西瓜田拍攝，陽光正好，收穫滿滿。傍晚回部落陪孩子們玩耍，純真互動已成我們的日常。晚餐再度受邀至阿公家，十道菜有八道來自自家菜園，飯後與孫子打牌，方針手機突故障，緊急下山維修，幸好順利解決，還順便採買藥品與材料。回到民宿已近午夜，深深的體會山上生活的不易與珍貴。



DAY 12

先到文健站卸物資後，我們驅車前往村長家碰碰運氣，未果便趁晴天直奔西瓜園拍攝紀錄片。與第一線農民聊天、嗑瓜子、喝飲料，聽他們分享栽種方式與挑瓜技巧，比 Google 更真實。午餐後再次拜訪村長，終於順利完成訪談，素材看起來很棒！下午再次前往，巧遇農民兒子，他現場剖西瓜請我們與朋友品嚐，還送我們兩顆大西瓜，瞬間成為西瓜富翁。一半分享給文健站，另一部分送給民宿老闆。今天幾乎整天都在西瓜田裡度過，茂安天氣晴，心也甜。🌞🍉

DAY 1 3

今天早上照例到文健站處理日誌與行政作業，
薰誼一邊忙公事一邊欣賞長者們醃肉的手藝，
方針則與小朋友前往溪邊拍攝紀錄片素材。
午餐前難得有空與長者們合唱，薰誼雖感冒仍獻唱一曲，
獲得熱烈掌聲。唱到一半突降大雨，大家急忙回家收衣，
我們也加入收衣小隊，再次感受茂安的溫情。
午後陪伴孩童玩耍，並製作明日展示的葉子作品 sample，
還一起觀察雨前雨後溪水的變化，驚嘆自然的力量。
傍晚回文健站收拾物品，順便玩剩下的輕黏土，
小朋友教我們做炸彈造型，竟玩了半小時。
飯前與孩子們道別，晚餐後回民宿準備禮物與卡片。今天，我們又更貼近茂安了。



DAY 1 4

倒數第二天，也是與小朋友們的最後相聚。
清晨，我們拍攝照服員的一天，跟著宜芬姐探訪長者，
量血壓、關心健康，深感照服員的溫柔與重要。
方針持續拍攝紀錄片空景，薰誼則準備「葉！好愛茂安」活動教材。
午前與孩子們玩踢罐子時薰誼不慎摔傷，冰敷後仍堅持完成課程，
長者們熱情創作，畫出自己與孫子，笑容自信動人。
下午陪孩子們輕鬆玩耍，還參與建基過程，見證部落的堅韌與智慧。
傍晚舉辦歡送會，送上劍玉與卡片，願他們健康快樂成長。
晚間受邀至嚴德叔叔家作客，享用七道家常菜與竹筍排骨湯，
感受滿滿溫情。我們開始整理行李，
準備告別這個住了十四天的窩與滿滿的茂安回憶。



DAY 1 5

天還未亮，方針便早早出門，追逐茂安的日出——那片我們十五天來日日仰望的山嵐光影。
他也拍下部落清晨的樣貌，為紀錄片留下最後的素材。
民宿裡，薰誼起床後開始收拾尚未整理完的行李。
十五天的物品比想像中多，也比想像中難收，因為，每一樣都承載著回憶。
收拾完畢，再次走進民宿餐廳，窗外的山依舊靜靜地在那，
但我們知道，這一切即將成為記憶裡的風景。
啟程下山後，我們在宜蘭中興文創園區與茂安的長者們再度相會。
看到熟悉的面孔，我們迫不及待迎上前，那一刻的重逢雖短暫，卻滿是暖意。
長者們欣賞表演，我們則在市集閒逛、與小朋友玩耍。
時間悄悄流動，長者們用完午餐準備返山，我們揮手道別，約定竹筍節再見。
看著他們一個個離開，心裡有些空，但更多的是感謝。
回台北的路上，我們望著窗外逐漸遠去的山景，感嘆這十五天過得如此飛快。
才剛熟悉山上的空氣、才剛記住每一位長者與孩子的名字，轉眼就踏上歸途。
謝謝茂安的一切。茂安，我們後會有期。



04、前置準備工作&時間

我們在抵達茂安部落前總共與茂安社區發展協會理事長

開了4次的MEET以及多次的訊息來回溝通調整

- 6/2：與理事長自我介紹以及活動企劃初版 -

- 6/6：與理事長討論第二版的活動企劃書 -

- 6/16：與文健站照服員及理事長確認企劃書內容 -

- 7/10：蹲點前最後確認當地環境、人文風情及注意事項 -

(1) 第一次開會之討論內容

由於我們兩位都是初來乍到茂安部落，

在進行第一次開會前我們主要針對社區當時給予基金會的需求

來做我們的企劃發想，並且上網做了一些資料，

以利我們更了解茂安的環境以及當地的人文風情

茂安社區活動企劃第一次討論內容

/2025.5.29

1. 蹲點簡介

- 「一手服務、一手紀錄」
- 實際前往社區蹲點，體驗當地文化
- 協助社區建設與發展
- 拍攝紀錄片協助保存文化記憶(含採訪耆老)

2. 文健站課程規劃

- /手抄紙「紙想愛茂安」
- 帶長者體驗手抄紙，藉由傳統手抄紙工藝，手工製作獨一無二的作品。
- 內容以「紀錄茂安之美」為主，讓每位長者用紙做出他們眼中的茂安，並放上社群線上藝廊，向外傳播茂安之美。
- (作品也可以泰雅族傳統故事、留茂安步道為題，達成有效的推廣)

/定格動畫「數位好厝邊」

- 邀請長者共同製作定格動畫，動畫內容以「茂安的故事」為主，將新科技和老故事結合，並放上社群帳號推廣宣傳。
- 我們可協助剪輯+配樂+上傳。
- 上傳到線上藝廊後，也邀請長者各別撰寫作品概述。
- (以文字輔助作品，讓觀者更快了解作品中的、茂安的故事)

/植物手作「植想愛茂安」

- 邀請長者以竹葉為材料，製作工藝品裝飾社區/步道。
- 以竹林特色為主，強化步道的視覺美觀，加強觀光吸引力。

/廚藝分享「廚非有你」

- 分享傳統手藝，說說料理的故事。
- 將成果分享到社區社群帳號，紀錄茂安日常

/暖身小遊戲(共7項)

1. 丟球進洞
2. 乒乓九宮格
3. 紅白旗
4. 三六九
5. 頭上黏紙猜自己的字卡
6. 腳卷地毯(也可以用紙黏起來/較不適合行動不便的長者)
7. 扇子氣球接力

3. 社群經營的方案:你好!這裡是茂安

- /一日一故事
- 以茂安的「傳說故事、地理環境、特色景點、人物採訪」為主，一天上傳一篇有關茂安社區的貼文。
- 貼文包含茂安的圖片和相關文案。

/一日一影片

- 用影像記錄在茂安的生活，每天上傳一隻一分鐘的短片。
- 短片以「茂安社區的冷知識」為題，內容則以採訪、實際走訪的風景為主。

/線上藝廊

- 在社區的社群軟體如FB/IG創建主題貼文，分享來自社區長者的作品。
- 線上藝廊之作品包含作品圖片、文字解說等等，以文健站長者之創作為主。

4. 社區服務

/三折頁製作

- 製作留茂安步道的觀光導覽DM傳單，協助觀光推廣。
- 製作「介紹茂安的地理環境、歷史故事、人文發展的海報」，幫助遊客認識茂安。

/留茂安步道復育工作

- 待與社區討論

5. 與社區待確認事項

- 蹲點時間:7/2-7/16(共15天)
- 住宿:是否需要自備寢具，以及我們將會睡哪兒
- 車位:如果我們開車的話是否能提供讓我們停
- 基本日程:社區有沒有比較特別的一些日常(像是禮拜日要去做禮拜或者是有社區的共同團聚時間)需要我們做配合的
- 詳細服務內容:包括步道的修繕以及希望我們協助的地方
- 當地長者的情況:包含生活作息、行動便利與否等



(2) 第二次開會之討論內容

經過第一次的開會以及對於茂安的了解，針對初版計畫書也做出了微調，其中也針對初版內容所預計實施的內容附上圖片給予理事長更加明確的概念，以及更明確的實施計畫，並且再次針對二版的內容請理事長給予建議及改善的方向。

步道推廣計畫

/DM

- 設計三折頁 DM，內容為旅遊指引。
- 如：步道地圖、歷史文化、環境生態（特色）、附近旅遊景點、交通指南



(示意圖)

/海報

- 介紹步道特色、發展歷程、未來規劃...等等
- 可張貼於步道口或分享於社群帳



(示意圖)

/導覽影片

- 生態環境、動物足跡、步道遺址的介紹
- 需要當地人協助我們認識當地

/相關設計

- 步道吉祥物
- 賀卡、LOGO



- 預計共進行 3 小時
(介紹原理+示範約 40 分鐘)
(實作 1.5-2 小時)
(作品分享 30 分鐘)
- 需備有投影機，在室內或室外拍攝
- 需在設備上下載簡易動畫軟體 stop motion
- 拍攝完成後我們可以負責輸出和配樂...等等

/植物作畫

- 邀請長者以竹葉為材料，製作工藝品或裝飾步道



/小遊戲細流

1. 丟球進洞

玩法細流：

準備紙箱或大張紙板。

玩家站在指定距離外，用小球（如網球或沙包）丟進洞中。

累計分數最高者獲勝，或設計關閘制。材料：紙箱、小球、膠帶。

2. 乒乓九宮格

玩法細流：

文健站-教程介紹

/手抄紙課程「紙想愛茂安」

- 帶長者體驗傳統手抄紙工藝，手工製作獨一無二的作品。
- 內容以「紀錄茂安之美」為主，讓每位長者用紙做出他們眼中的茂安，並放上社群線上藝廊，向外傳播茂安之美。（作品也可以泰雅族傳統故事、留茂安步道為題，達成有效的推廣）



- 預計共進行 2 小時
(介紹+示範約 30 分鐘)
(實作 1 小時)
(環境恢復+作品欣賞 30 分鐘)
- 需在室內有桌椅處進行，作品完成後需有空間放置+風乾約 2 天
- 預計可提供 10 份器材，若長者人數多則可輪流操作

/定格動畫

- 邀請長者共同製作定格動畫
- 動畫內容以「茂安社區的傳說故事」為主，或社區想向外推廣之內容
- 完成後上傳到線上藝廊

準備 9 個小紙盒，做出九宮格，每格標示數字或任務（亦或者衛生杯）。
玩家用乒乓球彈跳（或直接丟）進格內，依據落點得分。
可比賽得分或完成任務速度。材料：紙盒*9（杯子*9）、乒乓球、膠帶、筆、桌子（在地板也可）。

3. 紅白旗

玩法細流：

一人當「指揮」，其餘玩家手持紅白兩面旗子。

玩家站成一排或圍圈，根據旗子的顏色做動作（如紅旗：舉起來；白旗：放下來）。

若動作錯誤或被抓到移動，則退回或出局。材料：紅白旗子（或紙片）、場地標線。備註：多人比較好玩、可將旗換手增加難度。

4. 三六九

玩法細流：

玩家圍成一圈或站成一列，依序報數。

報到 3、6、9 倍數時要拍手或喊「咻」取代說出數字。

說錯或反應慢即淘汰。變化：可途中換方向或換手勢增加難度。

5. 頭上黏紙猜自己的字卡（誰是我？）

玩法細流：

每人額頭貼上一張字卡（寫人物、動物、物品或部落特有的），自己看不到。

玩家輪流問問題（是人嗎？會飛嗎？），其他人只能回答「是/否」。

猜中者可揭下字卡，進行下一輪。材料：紙條、膠帶、筆。

6. 腳卷地毯（紙地毯挑戰）

玩法細流：

將長紙或布鋪在地上，參賽者坐著。

用腳一步步把地毯（紙）向自己「卷」過來，誰先卷完及獲勝。

比速度以及訓練腳部肌肉

材料：長紙、布條、膠帶固定。

7. 扇子氣球接力

玩法細流：

分隊進行氣球接力，用扇子將氣球從起點拍或傳的終點。

不可用手碰氣球，氣球掉落須重來。

可做為團隊接力比賽，增強互動與趣味性。材料：扇子（若無也可以用紙板等等）、氣球、。

關於茂安發展協會的社群媒體

/主要以 FB 發文為主

目前規劃：

- 一天一篇文+一篇短片，以相片搭配文字為主
- 整理 IG 上的內文並貼上我們所拍的照片（若協會有需要貼公告會一併亦或者另發一篇）
- 帳號、貼文美編排版



(3) 第三次開會之討論內容

本次開會由於較著重於我們要辦給文健站長者的活動企劃
故除了理事長出席以外我們亦邀請文健站主要負責的照服員宜芬姐加入會議
由於宜芬姐較了解長者們的身體及心理狀況，這有助於我們規劃活動，
在這次的會議宜芬姐也給予了我們活動企劃一些建議
以利活動順利進行！！

文建站課程：紙想愛茂安

[課程時間：60 分鐘]

時間	活動名稱	內容簡介	目標	教具/場地
10:00-10:20	紙想愛茂安	手抄紙介紹、示範	認識手抄紙	室內、投影設備
10:20-10:50		手抄紙實作	實際體驗手抄紙	室內
10:50-11:00	總結	作品欣賞、場地復原		室內

【「紙」想愛地球：植感再生手抄紙】

· 課程內容：身為地球村的一員，隨著全球暖化，一年比一年熱的夏天、是否讓你也想為環保盡一分力，守護我們美麗的家園呢？讓我們一起將廢紙再生，製作一張屬於自己獨一無二的紙吧！在體驗造紙的同時、也能以茂安社區為題製作，宣傳社區之美！

· 手抄紙實作簡述：將廢紙打成紙漿捏成球，再溶於水中、利用絹網將紙漿重新排列成圖案，用海綿吸乾並取下，於日照充足處曬一天就完成啦！

· 目前備有 10 套器具供學員輪流使用

· 屆時會提早備好紙漿球，學生不必操作果汁機（課程會從頭示範原理）

· 室內教室，有防水桌面為佳（使用之紙材不會將桌面染色）

· 須提供場域曬乾手抄紙（陰涼處曬兩天／曝曬一天）



CS 掃描全能王 創建

文建站課程：茂安社區動起來！

[課程時間：80 分鐘] 分組進行

時間	活動名稱	內容簡介	目標	教具/場地
10:00-10:20	定格動畫	介紹動畫原理、範例分享	認識動畫	室內+室外
10:20-10:30	(備註)：可合併進行，或有學員持有設備並可自行下載程式使用	分組、拍攝內容討論、熟悉設備		室內
10:30-11:10		拍攝實作	實際體驗動畫製作	室內+室外
11:10-11:30	總結	欣賞作品		室內、投影設備

【定格動畫創作】

· 課程內容：不需要會畫畫！不需要高級設備！只要帶著你的故事和想像力，從動畫原理開始，一步步學習做出簡單精巧的定格動畫，並利用定格動畫說說茂安社區的在地故事，紀錄生活。

· 用動畫說故事，創作在地人眼中的茂安風景

· 器材需要：使用免費動畫軟體「stop motion」製作，目前預計可提供 4 隻數位器材（2 台平板、2 隻手機）供學員分組、一組一隻使用

· 邀請學員攜帶和茂安社區有關 或 心愛的小物....等等，加入作品拍攝

· 預計每組學員可完成約 10-20 秒的動畫短片



CS 掃描全能王 創建

文建站課程：葉！我愛茂安

[課程時間：80 分鐘]

時間	活動名稱	內容簡介	目標	教具/場地
10:00-10:20	植物作畫	作品分享、做法示範		室內、投影設備
10:20-11:10		作畫實作	實際體驗拓印、拼貼	室內
11:10-11:20	總結	欣賞同學作品		室內

【葉！我愛茂安】

· 課程內容：以茂安當地的植物葉片作為材料，結合手繪及葉片拼貼，製作出一幅作品，而作品的主題不僅限於自畫像，也可以是一個對於長者來說有意義的人事物，讓這幅作品充滿茂安的氣息！

· 材料：壓克力顏料、葉片（我們會先撿好）、亮片、白膠、著色用具

· 若有多餘時間，可使用壓克力拓印植物方式來呈現自然的葉片效果

· 提供四開大小的紙張（一人一張）

· 作品完成後預計將分享在社區的社交平台上和大家分享



CS 掃描全能王 創建

· 以上教案課程皆可視情況進行調整，如：課程時間壓縮、教學內容更改...等

· 手抄紙課程需提早借用文建站空間製作紙漿球（約一小時）

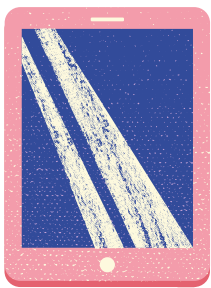
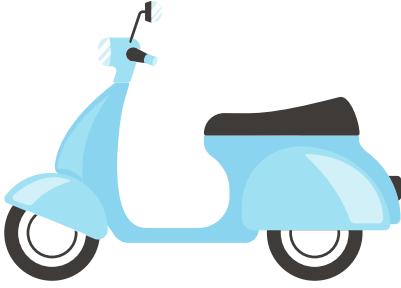
· 課程皆需事先提醒學員「可攜帶的物品」

· 教案內提到的器具我們皆可自備前往，但若文建站或學員可提供或自備相關器具（如：著色用具、投影設備、桌椅...等），也希望能事先和文建站借用、提早通知學員自備，感恩～

器具與材料			
課程	踴躍同學自備	文健站/學員可自備	場地需求
手抄紙	教學 ppt、果汁機、絹網、紗、海綿、洗筆水盆、大/小塑膠水盆、塑膠碟、湯匙、夾、紙杯、橡皮筋、亮粉、植物素材	小水盆、小碟子、中/小湯匙、植物素材、照片素材	室內/防水桌椅/投影機
定格動畫	教學 ppt、電腦、手機、平板、腳架	各式小物(可用於拍攝)、手機、平板	室內 / 桌椅 / 投影機
植物作畫	範例作品、植物素材、洗筆水盆、水彩筆、壓克力顏料、水彩顏料、蠟筆、麥克筆、抹布、竹籤、裝飾性小物、衛生紙、報紙/廢紙（防髒墊紙）、喇叭	抹布、衛生紙、著色用具、裝飾性物品、報紙/廢紙（防髒墊紙）	室內/防水桌椅

CS 掃描全能王 創建

05、服務使用器材設備&來源

服務使用器材設備&來源		
器材清單	設備用途	來源說明
	拍攝照片與影片，紀錄活動、人物、風景與文化細節，作為成果展示素材。	自備
	從高空拍攝部落地貌、活動場景與自然環境，補充紀錄片視角，提升視覺張力。	自備
	收音訪談、活動現場聲音，確保影音紀錄清晰，用於紀錄片與口述歷史。	自備
	編輯影片、撰寫日誌、整理資料、製作報告簡報，日常行政作業的核心工具。	自備
	行動紀錄、展示作品、查詢資料、與小朋友互動教學或遊戲，提升活動靈活性。	自備
	用於課程與活動（手抄紙、輕黏土、葉子創作等），促進長者與孩童參與與創造力。	自備
	長途移動、運送物資，特別用於下山採買、拜訪、拍攝外景等行程。	自備
	短程移動、快速往返部落各區或文健站，提升機動性與時間效率。	社區發展協會理事長提供



06、服務成果&效益

(1)文健站長者陪伴

1、主持3場手作活動

(1場手抄紙、1場輕黏土吊飾、1場葉子自畫像)

2、7堂文健站課程助教

(2堂生命小書製作、1堂認識家屋、1堂乾燥壓花小書、1堂均衡飲食課程、1堂泰雅醃肉製作、1堂視訊體適能)

3、長者陪伴的SWOT分析

在設計要帶長輩進行哪些活動的同時，我們在前期規劃階段即先製作了SWOT分析。這是為了更全面地理解我們所面對的服務情境與資源條件，並確保活動設計能真正回應長輩的需求與社區的特性。



長者手作活動 - 「紙想愛茂安」



這是在文健站的第一場手作活動，手是極度需要耐心的手作活動，雖然家中都有長輩，但還真的是第一次帶那麼多還不是很熟悉的長輩一起手作，尤其是這種需要高度耐心的手作活動，但成品訴說了一切!!

長輩們都很熱情且都很願意學習，他們對於作品的細節程度以及用心，是我們都應該學習的，他們不會因為年紀或手不方便、眼睛看不清楚就放棄，反而是更加努力把作品完成，不禁讚嘆起他們的精神!超級棒



在製作的過程中，長者們非常講求十字架的工整度以及配色！在其中的也使我們了解到他們都是好虔誠的教友！愛心的部分彷彿是在述說茂安部落的許多居民都有一顆善良且熱情的心！對他們而言，將愛心放在手抄紙上是最容易且最能夠代表自己的形狀！

從他們的作品中不難發現這部落的文化，在茂安大部分的居民都信奉耶穌，走在部落裡隨處可見十字架及主耶穌之標語，我們也趁這這次的活動更加聊解了茂安一點。成品出來後我們都非常佩服長者們的耐心!! 第一次的手作活動可以說是大成功!!



長者手作活動 - 「就想黏著你」

當初在設計課程時，我們考慮到輕黏土材質柔軟、操作相對簡單且有趣，對長輩來說相對友善，成品還可以帶回家當作裝飾或紀念！於是，我們就有了本週的課程啦！



有了上次的經驗，我們這次也提前準備了幾款十字架、愛心等範例，方便長者們去做發想與參考，從照片都能看出來長輩們不僅做得開心，還有不少人愈做愈覺得有趣，多做了好幾個要送給家人或朋友！



這堂課讓我們再次感受到，長者們對自己的作品都有著非常高的要求，就像上次做手抄紙一樣，他們從不因年紀或操作不便就輕易妥協！



這堂課也相當的成功！！我們看見的不只是可愛的吊飾，更是長者們那份對自身作品的熱愛以及對美感的堅持！

長者手作活動 - 「葉！好愛茂安」



今天我們迎來了在文健站的**第三場活動**，
也是陪伴長者的最後一場活動
這次的主題是「**葉！好愛茂安**」
—我們邀請長者運用**茂安當地盛產的竹葉**，
以及步道上收集到的各種在地植物葉片，
創作屬於自己或親友的「**葉子自畫像**」。

每位長者都**大展身手**，一幅比一幅厲害，
不僅是將樹葉貼上去還用了許多色彩繽紛
的色筆來畫上自己的五官等裝飾，
讓我們忍不住打趣地問：

「你們是不是以前都學過畫畫呀？」



為了準備材料，我們在上步道聽導覽時，
特地撿拾了許多形狀各異的竹葉
與特色植物葉，原以為曾做過類似作品的
長者們興致不會太高，沒想到他們一坐下來
就全情投入，創作得比誰都開心！



最後，當我們請他們拿著作品合照時，
一張張自信又燦爛的笑容，
彷彿在告訴我們**創作的喜悅與成就感**，
是任何年齡都能擁有的禮物！



(2) 陪伴部落孩童

1、一起參與了3場文化課程

(1場舊部落淨山、1場傳統竹弓箭製作、1場部落巡禮)

2、舉行了7場暑期活動

(2場桌遊好好玩、2場籃球夢工場、3場戶外活動)

3、陪伴部落孩童的SWOT分析

在設計要陪伴部落孩童的活動時，我們製作了 SWOT 分析，不只是為了提升活動品質，更是希望在有限的時間與資源中，真正回應孩子們的需求，並創造有意義的互動與成長空間。



陪伴部落孩童-文化課程

舊部落淨山活動

和當地小朋友一起到舊部落步道淨山
這是我們第一次踏進舊部落步道，
在淨山的過程中也和小朋友一起參與
導覽解說，也和小朋友們聊了關於他們
眼中的舊部落，在聊天過程發現每個
小朋友對於部落的熟悉程度有不少落差。

傳統竹弓箭製作

我們蹲點的前面幾天也有另一個組織
來到茂安部落服務，我們跟這他們
一起陪著小朋友製作傳統的竹弓箭，
竹弓箭的製作沒有一樣材料是山裡
沒有的，也讓我們再次深深的讚嘆
先人們的智慧，收穫良多!!



茂安部落巡禮

初來乍到，我們邀請正放暑假的
小朋友們，用他們的眼睛來帶我們
認識他們的部落，小小年紀，表達力
驚人，在和我們介紹的同時，他們所
散發出來打從心底為他們的文化感到
驕傲的光芒是無法擋的!!



陪伴部落孩童-暑期活動

籃球夢工廠

在茂安蹲點的期間，我們發現小朋友們都相當喜歡打籃球，且因為場地的關係，籃球是對他們來說相對容易的球類運動，於是曾經是系籃的我就和他們打起了籃球，不得不說，茂安的小朋友籃球都打得相當好呢!!



戶外活動

茂安最適合的活動就是戶外活動，我們時常使用部落的活動中心，在那邊有我們滿滿的回憶，我們會在那邊玩踢罐子、鬼抓人等許多我們小時候也會玩的遊戲，透過這些戶外活動我們也發現，茂安存的小朋友真的有滿滿的活力，各個是運動健將!



桌遊好好玩

在來茂安之前，我們有和玩具圖書館申請了許多玩具要帶到部落給小朋友們玩，其中有不少的桌遊，包括大富翁，以及棋類桌遊，我們除了和他們在活動中心玩耍以外，有時也會在文健站裡和他們一起完桌遊以及下棋。



(三) 茂安部落文化保留紀錄

- 1、訪談耆老了解部落文化
- 2、走訪舊部落步道及部落田野
- 3、協助竹筍節DM製作、部落導覽解說稿撰寫
- 4、文化保留紀錄SWOT分析

身為初來乍到的平地人，對於茂安村的文化傳統並非深知，為了讓我們的紀錄工作更貼近部落的真實樣貌，也更具策略性與回應性，我們在抵達茂安村時，即進行了 SWOT 分析。期望透過SWOT，我們得以從四個面向審視自身條件與環境挑戰。



部落文化訪談紀錄

耆老訪談

耆老訪談在文化保留紀錄中扮演極其關鍵的角色，尤其對原住民族口述傳統為主的文化來說，更是不可或缺的橋樑。許多的傳統文化唯有真正在這片土地生活過的人才會知道且聊解得全面。

走訪舊部落步道

部落對我們來說，文化不是舞台表演，而是日常生活的累積。走訪部落能讓人看見族人如何在土地上生活、種植、祭儀、與互助，而不只是觀光行程中的「文化展示」，在走訪的過程更能讓我們身歷其境！



文化保留的產出

我們將製作導覽解說稿以及茂安部落的推廣DM給社區發展協會做為未來茂安村在舉辦竹筍節等觀光活動時使用，目前解說稿以大致完成，推廣DM也已經在審查製作的階段，期望透過我們的專業能夠讓茂安部落發展得更好!!

文化保留的產出-茂安步道介紹

1、部落傳統文化傳統及生態文宣

DM主要將作為茂安部落竹筍節及未來有觀光活動時給予觀光客的介紹文宣，其內容包括部落之傳統文化及生態。

2、解說稿

針對此文宣以及竹筍節步道導覽

我們也提供部落近3000字之導覽解說稿做為未來導覽使用



此文宣正在與部落做最後確認
並非最終版



(4) 協助社區發展協會

部落義剪活動

在我們蹲點期間，義剪團隊前往茂安部落提供義剪服務。我們也共同參與支援工作，協助部落居民完成登記流程、整理桌椅場地，並進行活動的拍照紀錄，為當地留下溫馨的剪影。



建立影像紀錄平台

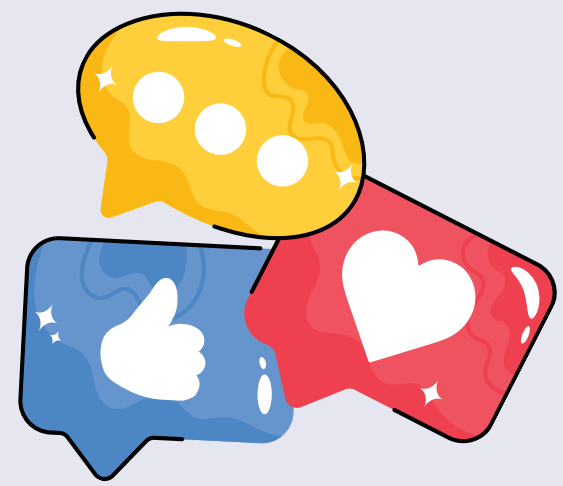
我們協助部落建置影像紀錄平台，供部落居民做下載並作為文化保存與活動記錄的數位資源，讓族人能夠方便地瀏覽與下載相關影像資料，延續社群記憶與共享成果。



(5) INSTAGRAM 社群媒體經營

27則貼文(持續更新中...)

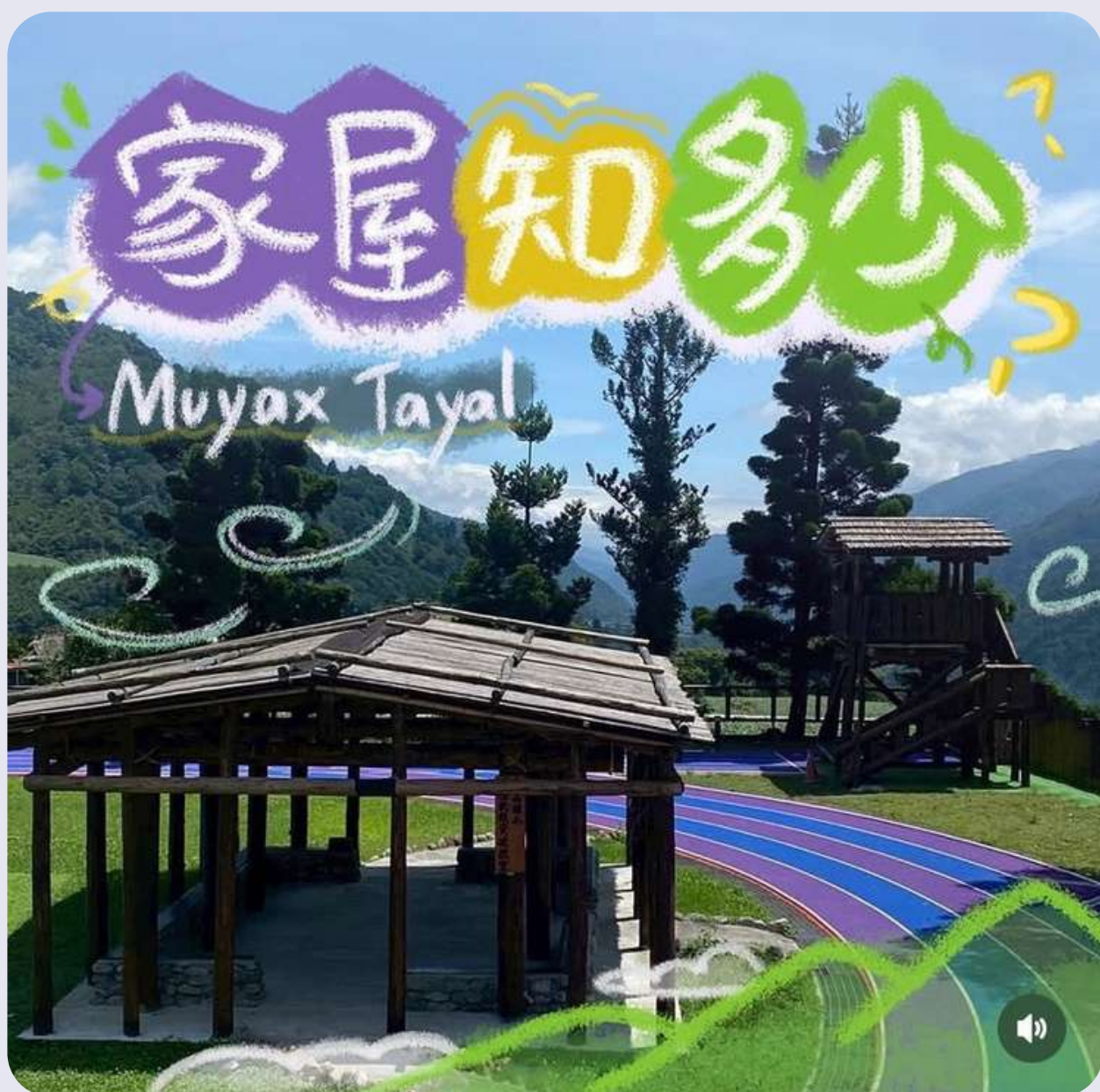
8篇族語小教室、3篇線上藝廊、5篇茂安日常
8篇茂安小知識、3篇自我介紹



總觀看次數:34,263 粉絲數:136位

(貼文有34.5%觀看來自非粉絲數有達到預期推廣之目的)





茂安小知識

我們透過社群媒體分享在茂安村所見的文化小知識，這些是我們過去未曾接觸，卻對部落極具意義的傳統智慧，希望藉由分享讓更多人看見並理解這片土地的深度與美。

族語小教室

我們邀請部落居民擔任族語老師，教導族語的同時也分享他們的生命故事，在茂安村的所有居民都像寶藏一樣，擁有許多故事，也期盼我們的所有讀者都能在學習族語的過程中能夠在他們的生命故事中有所啟發。



線上藝廊

我們會將長者親手製作的手作作品，精心整理並展示在我們的線上藝廊上。這不僅是對他們創作的尊重與肯定，更是希望透過數位平台，讓更多人看見部落長者的智慧與美感。

一、文健站長者回饋表單

本次服務有邀請長者(12位)為我們填寫回饋表單

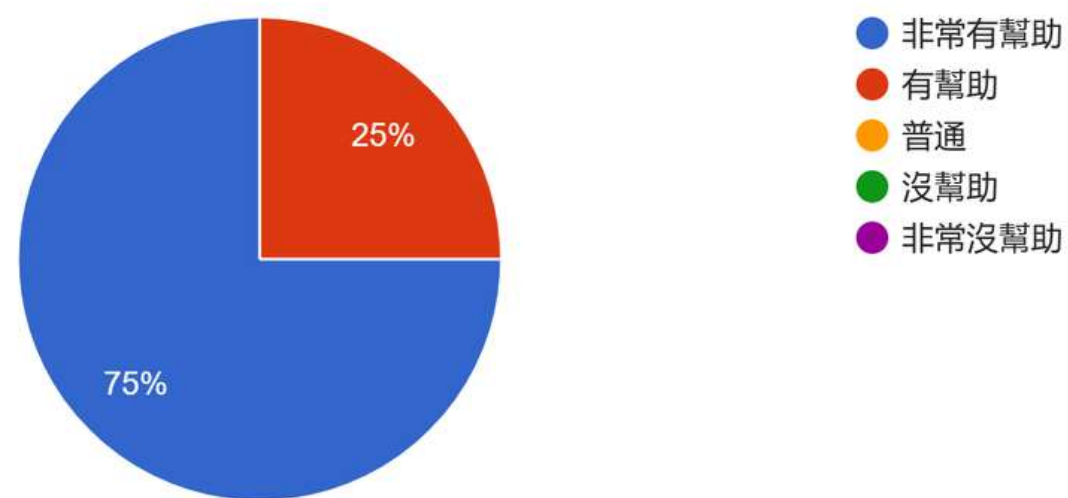
服務的整體滿意度高達4.8(滿分5)

服務親切程度更是獲得了滿分5分

以下是我們針對長者所填的回饋表單所製作的圖表：

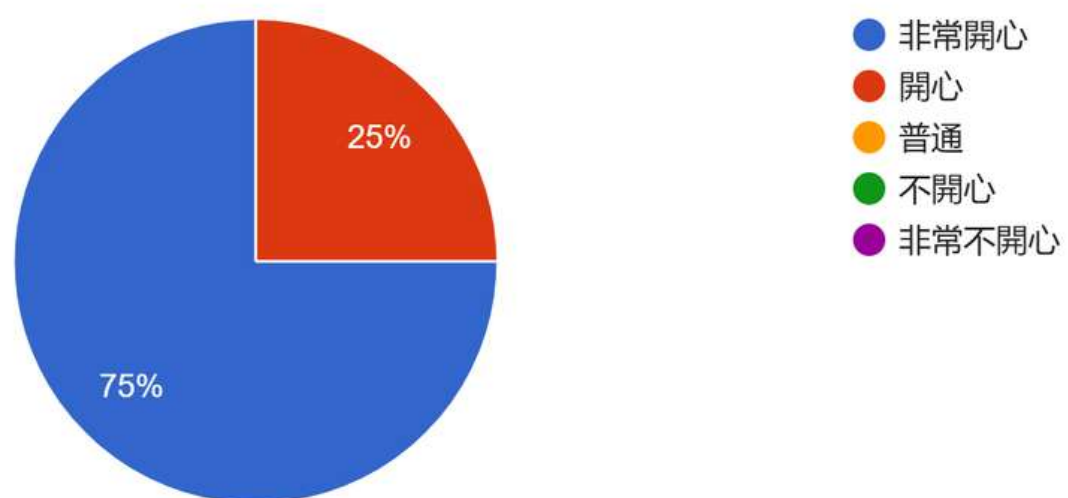
您覺得活動內容對於您是否有正面的幫助和影響？

12 則回應



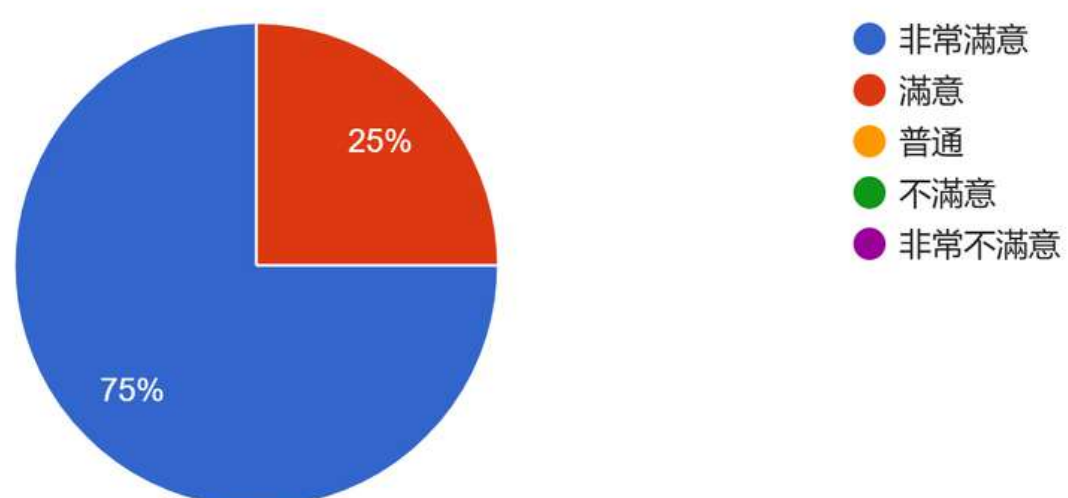
您在活動中感到開心嗎

12 則回應



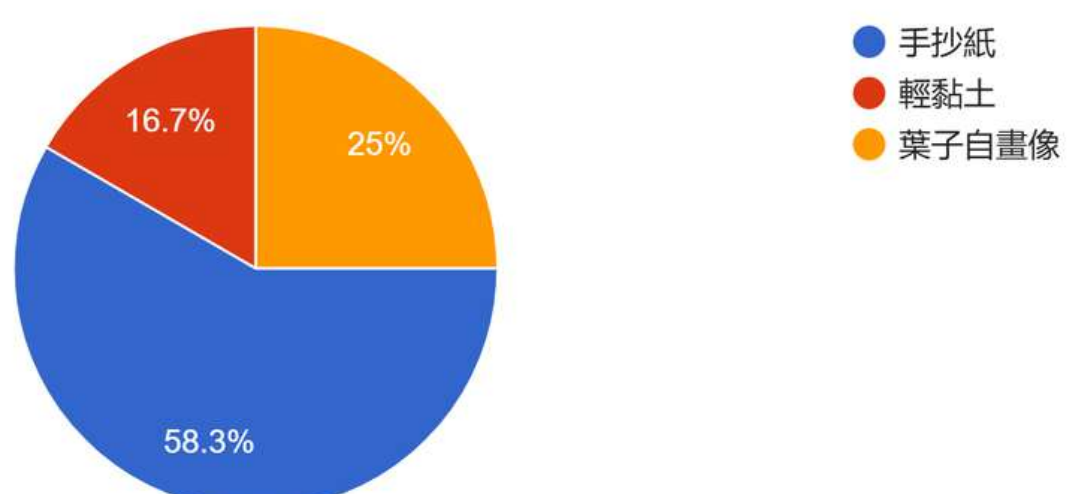
您對於我們所舉辦的三場活動的安排是否滿意

12 則回應



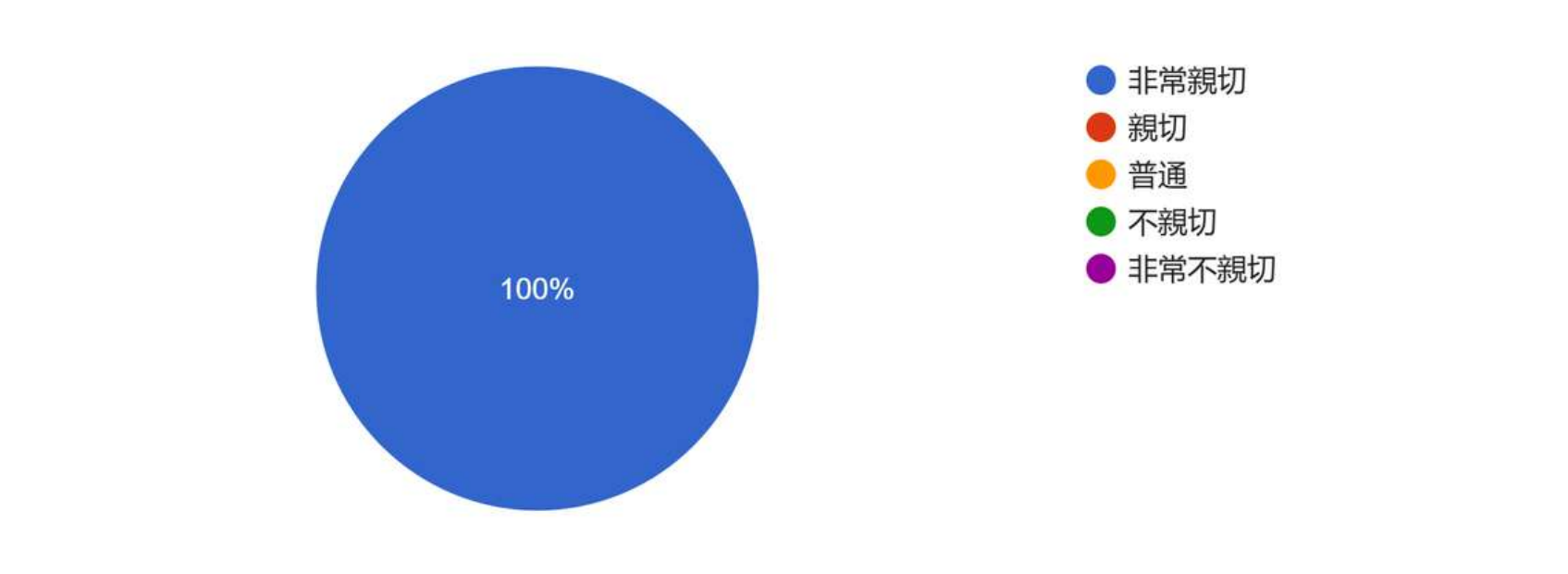
三場活動（手抄紙、輕黏土、葉子自畫像）哪場活動使你最印象深刻

12 則回應



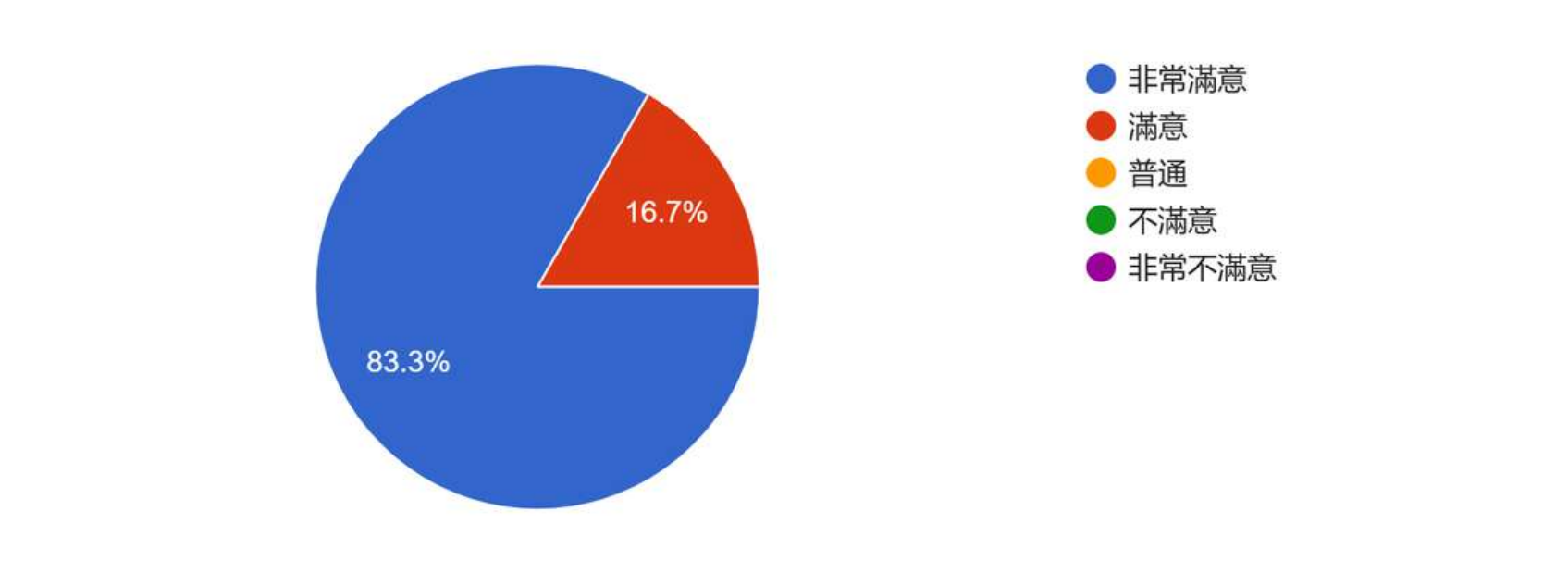
您覺得您用蹲點成員（黨誼與方針）互動如何？

12 則回應



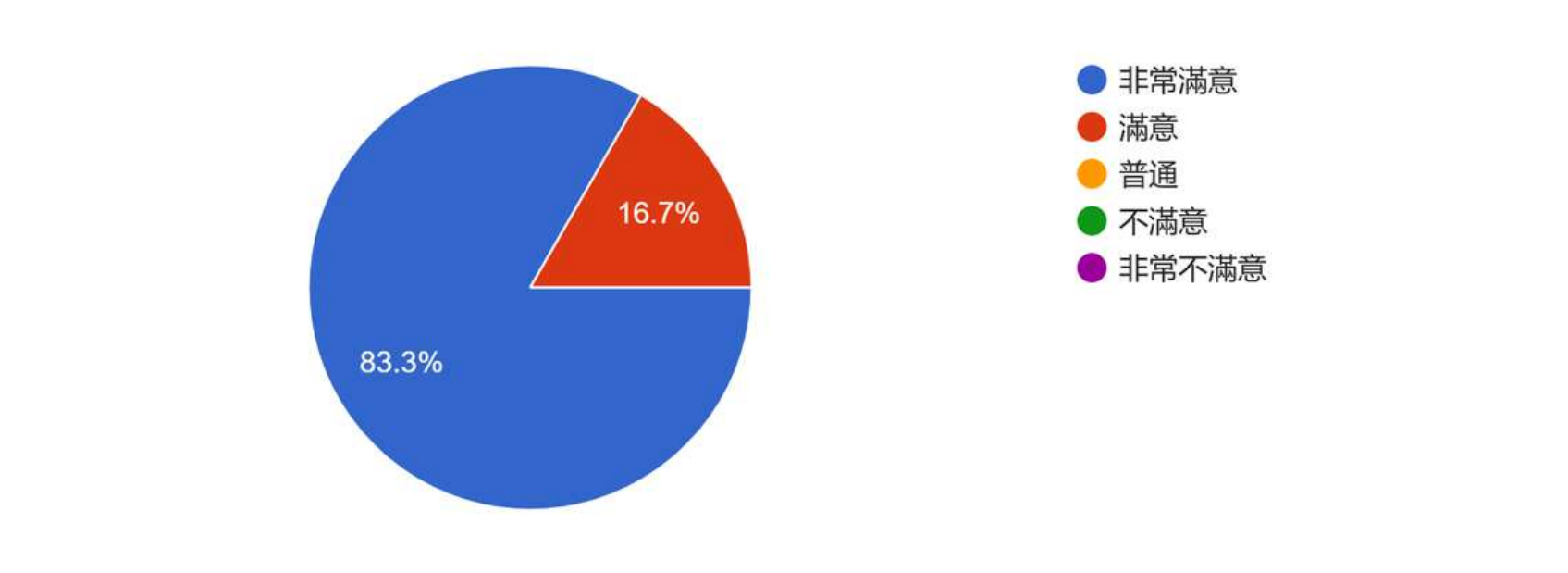
您對於這次蹲點台灣黨誼和分針所一起參與的整體滿意度

12 則回應



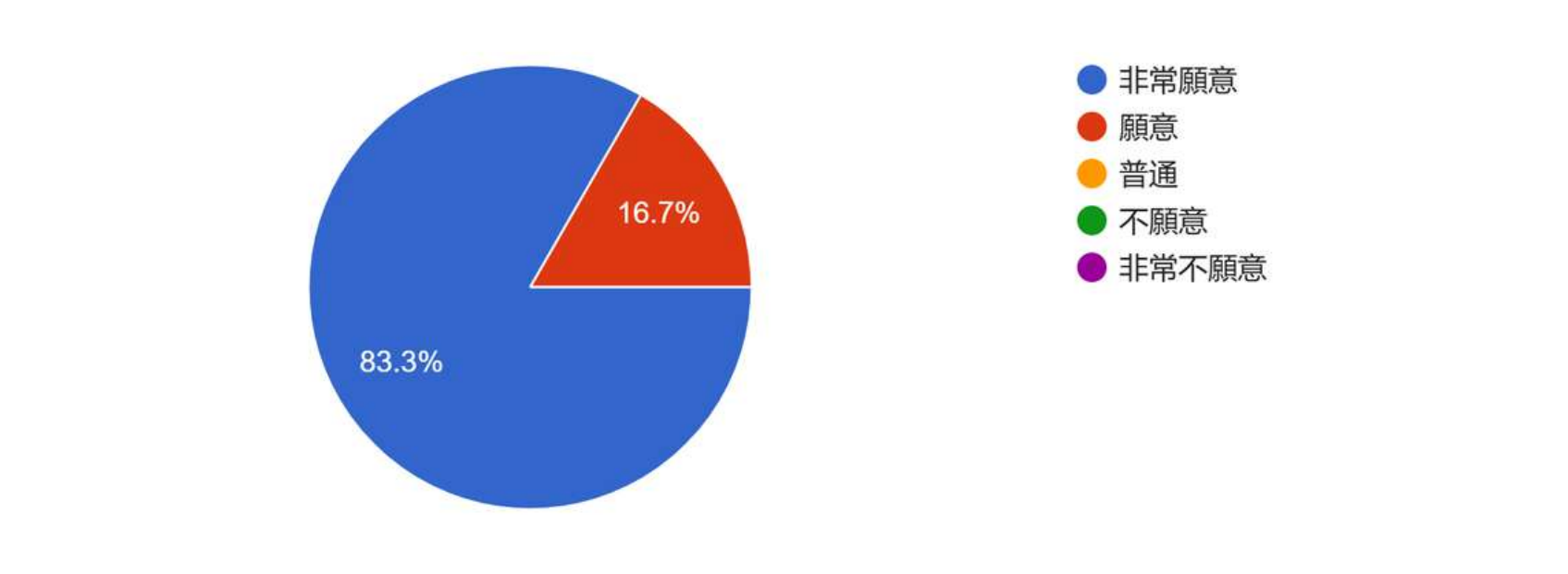
您對於我們所辦理的活動的整體滿意度

12 則回應



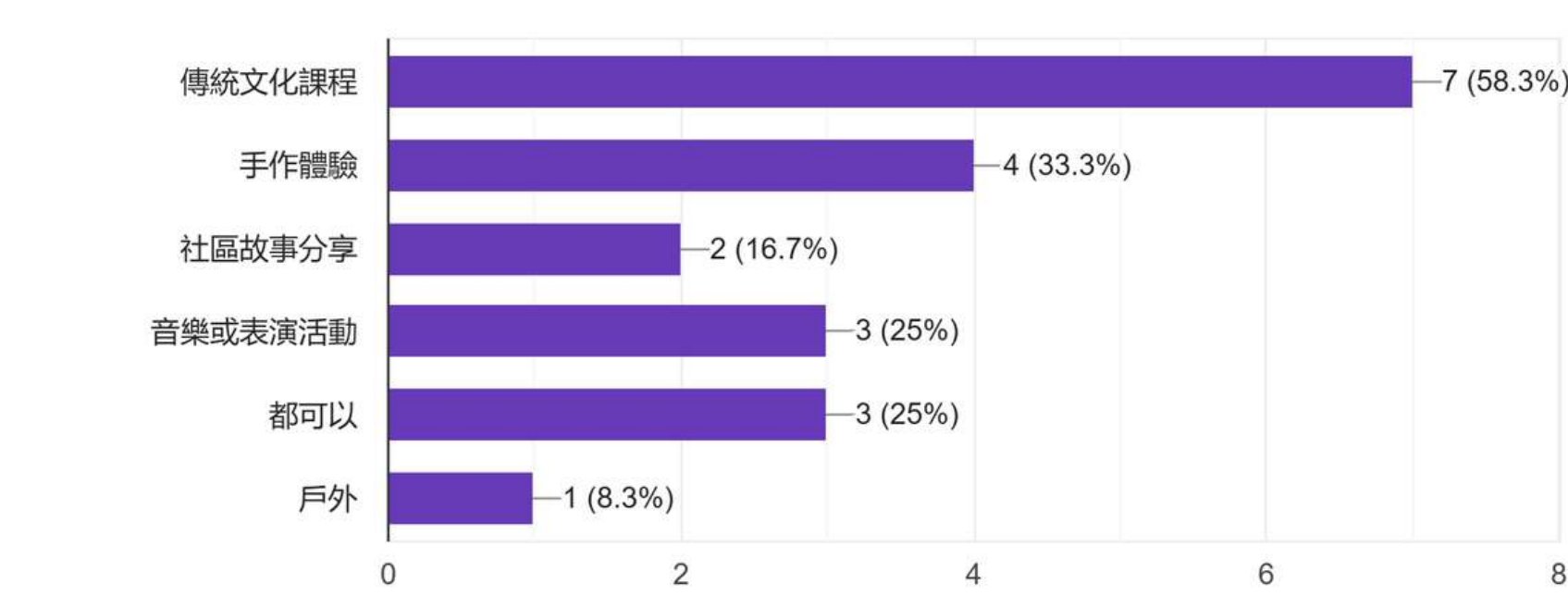
若未來還有辦理相關活動您是否願意未來再參與類似活動

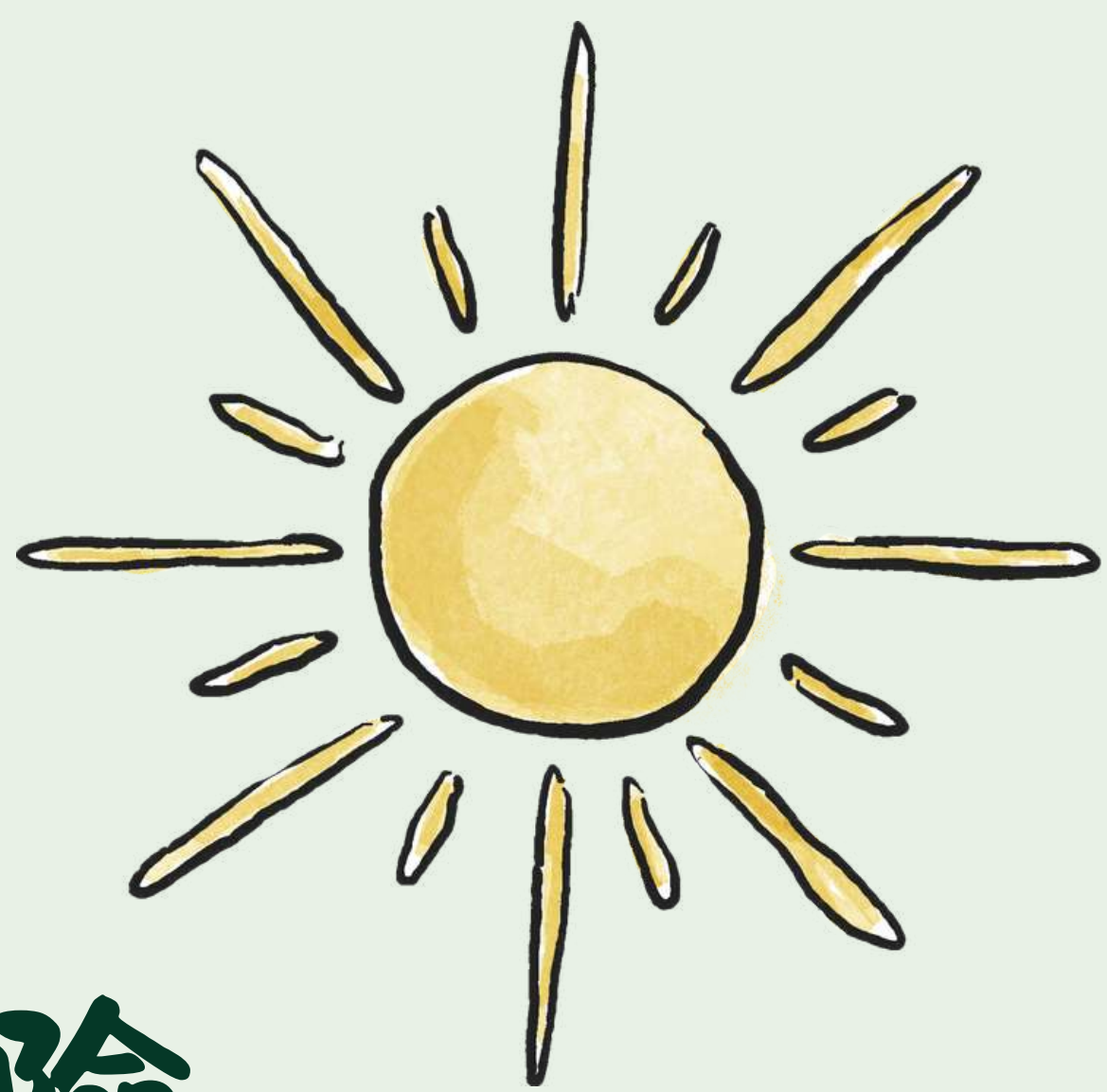
12 則回應



未來如果有機會再來訪服務，您希望未來的活動可以加入哪些內容

12 則回應





我們的茂險 到此告一個段落~

感謝觀看



最後，想由衷地說聲謝謝。

謝謝茂安，帶給我們最真誠的笑容；

謝謝蹲點台灣，讓我們走進這片土地；

謝謝中華電信基金會，給予我們這個舞台；

謝謝夥伴，成為最可靠的夥伴；

也謝謝自己，願意踏出舒適圈，來到這裡。

