



肯愛協會

10月27日下午6:34 · 地球

《布農文化體驗日：原住民創意料理 × 失傳技藝口簧琴》

「一張披薩，揉進部落的味道與笑聲」一場融合文化、情緒與陪伴的學習饗宴

在台東海端的山谷間，陽光灑落，炊煙裊裊。這一天，孩子、志工與長者齊聚一堂，在笑聲中揉著一團團麵糰。那不只是料理的開始，而是一場「文化的記憶」正在甦醒。

小米與紅藜發酵的餅皮，鋪上芋頭、南瓜與野菇，最後灑上赤蔥，取代奧勒岡。孩子與志工們分工合作，一起揉麵、鋪料、熱騰騰出爐的不只是披薩，而是一份跨世代的情感連結。土地的味道、笑聲的香氣，讓文化在共享的餐桌上被重新記起。

這不僅是一頓餐食，更是一次關於土地、文化與陪伴的對話。

肯愛協會與富邦慈善基金會攜手推動的「布農文化體驗日」，讓孩子透過親手參與，學會尊重土地，也重新認識自己的根。

活動的另一個亮點，是布農族口簧琴的學習。

在專業老師、長者的手把手指導下，孩子們拿起竹片，細心的綁上麻繩、鎖上銅片。每一道工序都考驗著耐心與專注。

我們特別設計了「身體情緒感知」練習：

讓孩子體會到專注的平靜、第一次吹奏時的心跳與緊張、再到成功發出聲音時的驚喜與成就感——那一刻，他們正學習與自己的情緒共處。



肯愛協會

11月5日下午1:41 · 地球

【護家忘憂系列-護著你長大專案】情緒安適力團體-部落文化教育工作坊

《布農文化體驗日：原住民創意料理 × 失傳技藝口簧琴》

「一張披薩，揉進部落的味道與笑聲」一場融合文化、情緒與陪伴的學習饗宴

在台東海端的山谷間，陽光灑落，炊煙裊裊。這一天，孩子、志工與長者們齊聚一堂，在笑聲中揉著一團團麵糰。那不只是料理的開始，而是一場「文化的記憶」正在甦醒，更是一場融合文化、情緒與陪伴的學習饗宴。

一張有故事的披薩，承載著關於土地、文化與陪伴的對話，讓孩子透過親手參與，學會尊重土地，也重新認識自己的根。

肯愛官網全文閱讀：<https://reurl.cc/jm5eKp>

#布農文化體驗日 #肯愛協會 #富邦慈善基金會

#文化共學 #情緒教育 #原住民文化傳承 #護家忘憂系列 #護著你長大專案

