



多元就業達人 - 異國料理與烘焙課程

時間：2026-05-03 ~ 2026-06-28
地點：無障礙科技發展協會及小草廚房

一、課程目的

藉由烘焙及料理手作體驗課程，讓身心障礙者一起實踐夢想，培養多元專長。透過系統化教學與實務操作、搭配實驗方式記憶以及實際操作練習，協助學生沉澱情緒，以達到紓壓及療愈體驗，讓學生發揮自己的創造力，累積正向創作經驗。在小小的天地裡，一起聊天、手作美食，一起吃光光。邀請你一同度過小時光。共計 30 小時。

二、課程講師、授課地點、授課時間

授課教師：無障礙科技發展協會師資群

授課地點：無障礙科技發展協會及小草廚房

授課時間：總時數共 30 小時。授課時間: 5/3、5/31、6/14 跟 6/28

上午場 9:00-13:00；下午場 14:00-17:30

三、活動參與對象與人數

領有身心障礙手冊障礙者(不分障礙類別)，共計 10 位。

四、活動流程與執行

(一)活動單元

第一單元 水果塔、萊姆葡萄夾心餅乾

第二單元 水果塔、巧克力夾心餅乾

第三單元 肉桂捲、韓國小麵包

第四單元 千層義大利麵、棍棒麵包

- 第五單元 美式漢堡、比司吉
- 第六單元 運河餅乾、扭結麵包
- 第七單元 焗烤馬鈴薯、布里歐麵包
- 第八單元 奶油螺旋麵包、炒麵麵包、烤團子

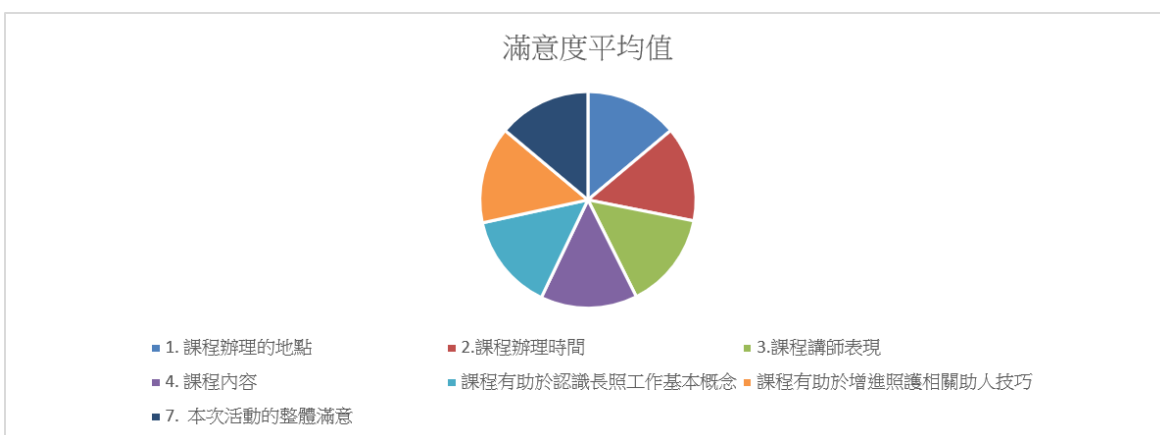
(二)活動執行

本課程以烘焙與料理手作課程為主，共辦理 30 小時課程、總計 74 人次參與，邀請領有身心障礙證明之學員參與。課程由無障礙科技發展協會師資授課，透過循序漸進的教學設計，結合理論講解、示範教學、實作練習及成果分享，讓學員在安全且友善的學習環境中培養烘焙與料理技能。

課程內容涵蓋甜點、餅乾、麵包及異國料理等多元主題，共規劃八個教學單元，包括水果塔、夾心餅乾、肉桂捲、韓國小麵包、千層義大利麵、棍棒麵包、美式漢堡、比司吉、運河餅乾、扭結麵包、焗烤馬鈴薯、布里歐麵包，以及奶油螺旋麵包、炒麵麵包與烤團子等特色餐點製作。學員透過實際操作食材處理、麵糰製作、烘焙技巧及料理製程，逐步建立基礎技能與自信心。

整體課程以紓壓療癒及培養興趣專長為目標，讓學員在輕鬆愉快的氛圍中發揮創意、累積成功經驗，進而提升自我肯定與成就感。課程結束後，學員皆能完成各項作品製作，並透過成果分享展現學習成果，達成課程預期效益。

經過 5 點滿意度調查，平均滿意度為 4.86，顯示學員們對此課程持正向滿意的態度，也提供下列建議，做為日後開設手作課程參考之建議。本次「多元就業達人 - 異國料理與烘焙」課程，成功協助 15 名身心障礙學生建立基礎技能與自信心，並透過友善支持的學習環境，提升學員自我成長與社會參與動機。未來將持續結合多元職能與各項培力。



五、檢討與建議

- (一)學員希望未來能有更多不同多元的手作課程及各式樣貌的職種體驗及企業參訪。
- (二)課堂氛圍大致良好，參與學員間彼此互相提供協助，增進同儕夥伴關係。
- (三)建議日後可以於課後提供課程食譜，讓學員能夠在家自行練習。
- (四)建議上課時間上能夠提供較多時段，讓學生們選擇。

活 動 照 片



介紹本次課程總單元及相關內容



解說材料種類及選購技巧



學員互相討論備料方式



學員個別操作練習



老師解說麵團搓揉的步驟



學員操作及練習製作



成果檢驗 I



成果檢驗 II