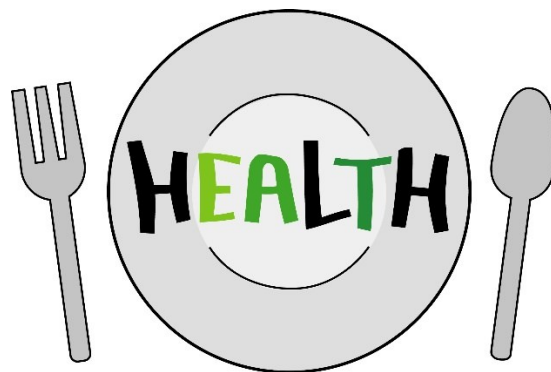


# 食在健康



活動時間：05/13 13:30~17:50

活動地點：驚聲國際會議廳

指導單位：淡江大學學生事務處課外活動輔導組

主辦單位：社團學習與實作課程 第二組

組別：第二組		
系級	姓名	學號
資傳一 A	王馨卉	409040317
資傳一 A	許乃云	409040036
資傳一 A	許閔涵	409040333
資傳一 A	韓沛彤	409040739
財金一 A	陳宣惠	409530093
財金一 A	曹晏慈	409530036
財金一 A	王嫻臻	409530218



# 目錄

活動資訊—名稱、緣起、時間等活動主要資訊·····	1
活動主要流程·····	1
組織分工·····	2
籌備期程·····	2
經費來源、概算·····	3
活動宣傳方式·····	3
預期效益—質化及量化·····	4
附件—活動細流、器材、場佈圖、備案、籌備紀錄·····	4
檢討報告·····	6



- 一、活動名稱：食在健康
- 二、活動緣起：藉由活動提升個人健康指數，使大眾能正視自己的健康問題，讓健康能備更多人重視，而非只是一個呼籲的口號。
- 三、活動目的：提升個人的健康度，讓大家都保有良好的身心健康。
- 四、活動目標：認知健康的重要性。
- 五、活動對象：全班
- 六、活動時間：05/13 13:30~17:50
- 七、活動地點：驚聲國際會議廳
- 八、指導單位：淡江大學學生事務處課外活動輔導組
- 九、主辦單位：社團學習與實作課程 第二組
- 十、活動內容：以講師演講為主 - 邀請業界專業營養師
- 十一、活動流程：

時間	子活動名稱	地點	負責人
13:30~14:00	人員簽到	驚聲國際會議廳外	王熾臻
14:00~14:10	開場	驚聲國際會議廳	王馨卉
14:10~17:00	講師演講	驚聲國際會議廳	韓沛彤
17:00~17:30	問答時間	驚聲國際會議廳	韓沛彤
17:30~17:50	大團拍	驚聲國際會議廳	陳宣惠
17:50~	賦歸	驚聲國際會議廳	王熾臻

- 十二、組織分工



系級	姓名	學號	工作事項	組別
資傳一 A	王馨卉	409040317	主持人開場、企劃書主要負責人	總召、主持人
資傳一 A	許乃云	409040036	LOGO 設計及建檔、負責活動宣傳	美宣組、宣傳組
資傳一 A	許閔涵	409040333	LOGO 發想、設計	美宣組
資傳一 A	韓沛彤	409040739	接待講師、協助講師、按 PPT	接待組
財金一 A	陳宣惠	409530093	企劃書整合、拍照、提供 NB、Pointer、相機	器材組、文書組
財金一 A	曹晏慈	409530036	建立及管理粉絲專頁、整理報名名單	文書組、宣傳組
財金一 A	王熾臻	409530218	場佈、人員簽到準備、印製簽到單、購買茶水	器材組、接待組

十三、籌備期程(甘特圖)：

項目	執行內容	日期/時間				
		04/12-04/18	04/19-04/25	04/26-05/02	05/03-05/09	05/10-05/14
一、	第一次籌備會議					
二、	地點、場地租借					
三、	講師邀請					
四、	建立粉專 - 食在健康					
五、	第二次籌備會議					
六、	器材租借					
七、	向學校申請經費					
八、	活動宣傳期					

九、	報名					
十、	第三次籌備會議					
十一、	整理報名名單、製作 簽到單					
十二、	行前會議					
十三、	活動執行					
十四、	檢討會議					

十四、經費來源與概算：

項目	數量	單價	收入	支出	經費來源	備註
罐裝水	35 罐	10		350		
講師鐘點費	3 小時	1,000		3,000		
簽到單印刷費	10 張	5		50		
學校經費	1 次	3,400	3,400		向學校申請	
總金額			3,400 元	3,400 元		

十五、活動宣傳及方式：架設「食在健康」粉絲專頁，藉由網路宣傳快速的優勢，讓更多人知道這個活動。

粉絲專頁網址：[食在健康](#)



十六、預期效益：

- (一). 質化：使聽眾能在活動過程中，可藉由活動認知讓更多人體會到對健康的重要以及重視健康的根本關鍵。
- (二). 量化：希望參與人數到達 40 人以上。

十七、附件

(一). 活動細流：

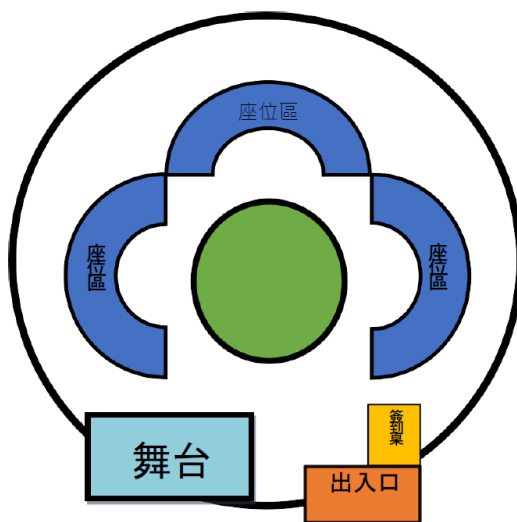
時間	子活動名稱	人員定位	工作人員	地點	器材	備註
13：15~13：30	接待講師	接待組	韓沛彤	驚聲大樓門口	無	
13：30~14：00	人員簽到	接待組	王熾臻	驚聲國際會議廳外	桌、椅、水	
14：00~14：10	開場	主持人	王馨卉	驚聲國際會議廳	麥克風	
14：10~17：00	講師演講	接待組	韓沛彤	驚聲國際會議廳	麥克風、筆記型電腦、pointer	
17：00~17：30	問答時間	接待組	韓沛彤	驚聲國際會議廳	麥克風、筆記型電腦、pointer	
17：30~17：50	大團拍	器材組	陳宣惠	驚聲國際會議廳	相機	
17：50~	賦歸	接待組	王熾臻	驚聲國際會議廳		

(二). 器材清單：

器材名稱	數量	單位	用途	器材來源
桌子	3	張	簽到、準備用	和學校租借
椅子	7	張	簽到、準備用	和學校租借
水	10	罐	提供	和便利超商購買
相機	1	台	拍照用	自己提供

麥可風	1	支	演講用	和學校租借 (會議廳即有麥克風可使用)
筆記型電腦	1	台	演講播放 PPT 用	自己提供
Pointer	1	支	演講播放 PPT 用	自己提供

(三). 活動場佈圖：



(四). 備案：

若此次活動無法辦成，即延期至 6/3，並另租借場地（未定）舉行。

(五). 籌備紀錄：以下為三次活動籌備會議紀錄

時間	討論大綱	內容細則
04/16 17:00-19:00	擬定主題、主要理念、 組織分工	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 主題主要依據聯合國指標中的「促進健康生活」為主，想藉由活動提升個人健康指數，使大眾能正視自己的健康問題，讓健康能備更多人重視，而非只是一個呼籲的口號。</li> <li>2. 組織分工遵照上方 十二、組織分工 為討論結果。</li> <li>3. 架設「食在健康」粉絲專頁。</li> </ol>

<p>05/01 10:00-12:00</p>	<p>活動內容規劃</p>	<p>1. 活動內容以<u>講師演講</u>為主，活動內容為<u>半天</u>之規劃，另需租借場地、器材 ( 清單如 <u>十七、附件 之 (二)器材清單</u> 為討論結果 )。</p> <p>2. 討論活動流程：如 <u>十七、附件 之 (一)活動細流</u> 為討論結果。</p> <p>3. 另有規劃備案，若場地租借不可行、人數不夠...等外在原因導致活動無法順利進行，替代方案會以 <u>十七、附件 之 (四)備案</u> 為主要處理方式。</p>
<p>05/07 17:00-19:00</p>	<p>預算整理</p>	<p>一、<u>預算清單</u>之討論結果以 <u>十四、經費來源與概算</u> 為主。</p>

#### 十八、檢討報告 ( 檢討會議於 05/11 ) 舉行

##### 我們在舉辦此活動過程中，遇到以下問題：

1. 講師早了 20 分鐘到會場，可是我們的人員並沒有在現場招待講師。

我們應該要更早至約定地點與講師會合，以表現我們主辦方的謹慎及熱情，不是只有讓講師自己在那邊等待。

2. 參與講座人員於演講開始後 20 分鐘才全數簽到完畢，嚴重打擾講師演講過程。

簽到時間應該要拉長或提前，以避免打擾講師演講過程，或者時間到就鎖門，就不開放進入會場，並且在活動宣傳期時，就會通知參與者。

3. 預算吃緊，有些東西已經我們自己提供了，有些東西還是沒辦法買齊。

和其他廠商拉取贊助，並且和學校爭取更多的資源。

4. 粉絲專頁並不活躍，也沒有建立活動。

多看重粉絲專頁的宣傳性，並永續經營粉絲專頁，不因為活動結束就不持續經營。