



計畫名稱：城市黑金之旅—愛惜廚餘，優雅堆肥

主辦單位：粉紅豹文化事業有限公司

計畫實施日期：103年6月~11月底

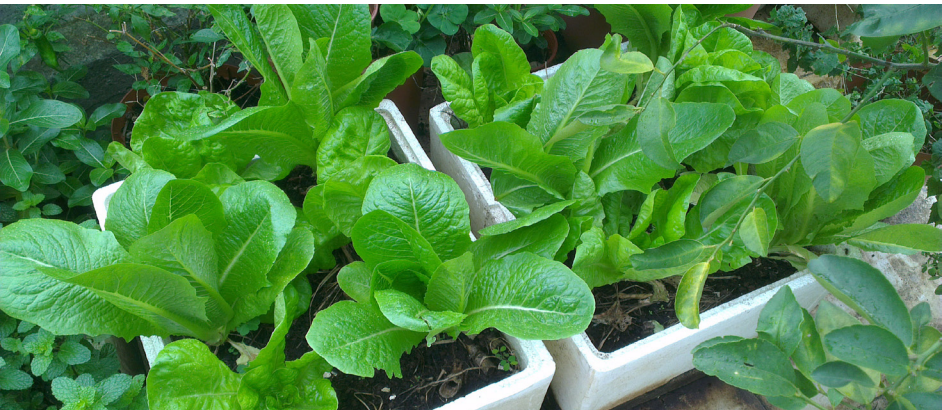
從雲和小客廳踏入社區

綠化／廚餘堆肥推廣→→都市農耕

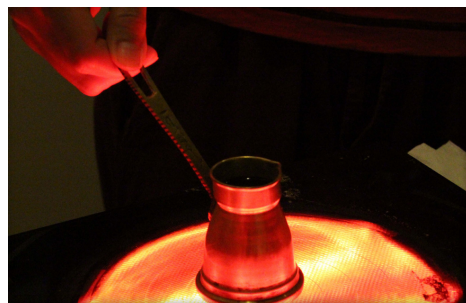
廚餘堆肥課程自102年共開設16堂課，累積學員數約**350**位，其中與社區夥伴一起，協助5個單位開設廚餘堆肥課程。地點包括大安區錦安市場屋頂、萬華區愛愛園、文山區政大實小、大安區台大社會系館屋頂、羅斯福路線點 | 開心農園、寶藏巖等地，共搭建**20**座大型雲和堆，提供相關資訊協助、社區大型堆肥維護工作。



綠化／廚餘堆肥推廣→→都市農耕



綠化／農食教育推廣→→社區共食餐桌



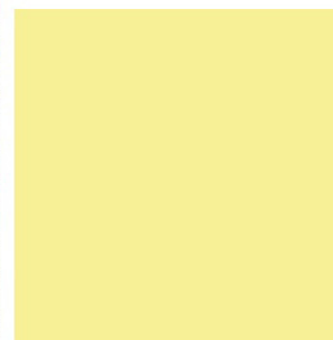
再生／社區閒置空間變身→→古風小綠地



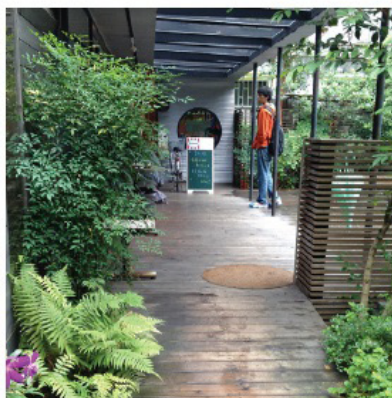
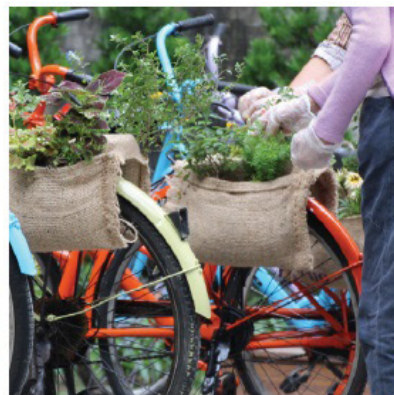
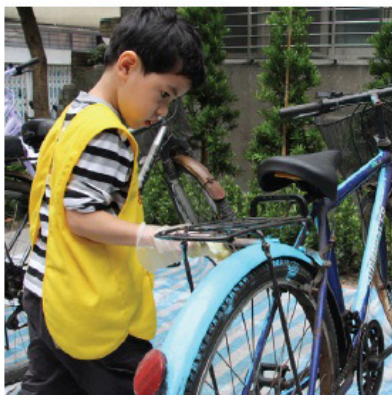
指導單位：台北市政府文化局 | 主辦單位：粉紅的文化事業有限公司 | 協力單位：水陸群生活文化聯盟、台灣油杉社區發展協會、台灣有福全人關懷協會、古風室辦公室、青田社區發展協會、經典工程顧問有限公司、溫州社區發展協會、臺北市大安社區大學、靖安室辦公室、龍泉里辦公室。(按筆劃排序)



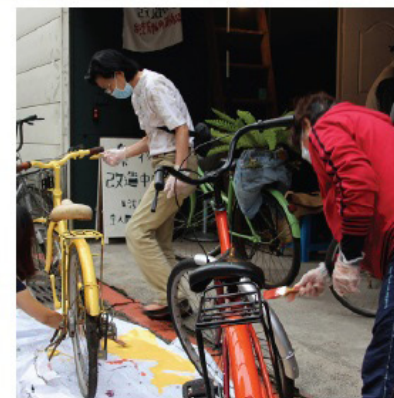
送你一份『空』的禮物(社區閒置空地變身計畫)



再生／行動綠・微旅行



指導單位：台北市政府文化局 | 主辦單位：粉紅約文化事業有限公司 | 協力單位：水陸群生活文化聯盟、台灣油杉社區發展協會、台灣有福全人關懷協會、古風里辦公室、青田社區發展協會、經典工程顧問有限公司、溫州社區發展協會、臺北市大安社區大學、錦安里辦公室、龍泉里辦公室。(按筆劃排序)



【城市黑金之旅—愛惜廚餘，優雅堆肥】 計畫

過往的方式

會痛的堆肥製造方法：**厭氧發酵堆肥桶**



不要用它！千萬不要用它！

十多年前的一次推廣行動，很多人都嘗試了這種厭氧堆肥桶，於是全臺北市的人都被設計了，堆肥很臭的印象，從此深植每一個人心。

如今我們得重新設計，把觀念改回來：

「堆肥不應該臭！」

【城市黑金之旅—愛惜廚餘，優雅堆肥】計畫

★計畫概念

我們希望設計：市民的觀念。

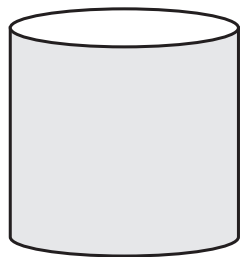
我們的工具：幾種**無痛的堆肥製造方法**。

我們希望：讓廚餘在市民手上變成寶貝，種花種菜，吸引更多市民參與，最終**改變城市的生活**方式。



【城市黑金之旅—愛惜廚餘，優雅堆肥】 計畫

無痛的堆肥製造方法：



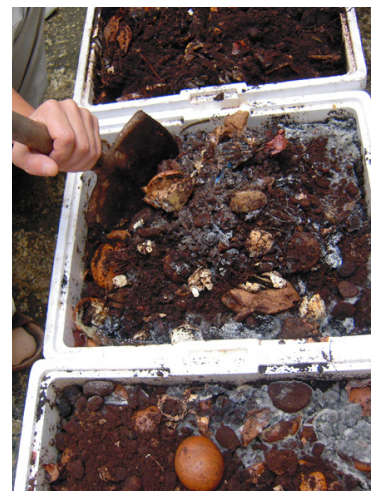
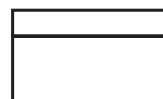
雲和堆

容量：600公升
產肥：400公升
關鍵：好氧堆肥

雲和堆這麼容易的原因無它，就是「好氧堆肥」，當體積夠大且透氣，任何人都能做成功堆肥。

取之不盡的咖啡渣也有幫助，當咖啡渣和廚餘一半一半，咖啡渣可以用於攪拌，也可以用於掩蓋，堆肥想要做失敗也難。

以咖啡渣和廚餘一半一半為基礎，營養已經太豐富，這時候隨便加入早餐店的蛋殼，中藥店的藥渣，菜市場的爛果，都會一起度化成為更營養的堆肥。



保麗龍箱堆

容量：20公升
產肥：20公升
關鍵：勤快翻堆

保麗龍箱做堆肥的理論與「雲和堆」完全一樣，但是利用保麗龍保溫以維持發酵溫度（好氧發酵）。

但是因為體積小容易積水，必須勤快翻堆以避免悶到而厭氧發酵變臭。

【城市黑金之旅—愛惜廚餘，優雅堆肥】計畫

無痛的堆肥製造方法：



蒸籠蚯蚓

容量：35公升
產肥：20公升
關鍵：囚禁蚯蚓

西方人養蚯蚓的成本比較高，器材很貴。但是臺灣可以買到一種很便宜的不鏽鋼蒸籠，這是養蚯蚓最好的環境。

但是蚯蚓會從底下逃跑，所以我們用鐵絲網圍成一圈當「腳」來架高（架空），蚯蚓就只能生生世世留在蒸籠裡。

蚯蚓肥是最好的肥料，蚯蚓是最好養的寵物，一個月不去管它，也不會死，養蚯蚓製造肥料，是最簡單的懶人方式了。



玻璃瓶養蚯蚓

容量：0.5-2公升
產肥：0.3-1.2公升
關鍵：鐵絲網氣孔

我們利用玻璃瓶完全氣密，把廚餘封在下面任它腐爛。蚯蚓肥當土來覆蓋，蚯蚓肥中還有大量蚯蚓卵和蚯蚓，持續往下覓食，快樂地吃。

但是蚯蚓需要呼吸，所以玻璃瓶養蚯蚓的秘訣在於一片極細目的不鏽鋼絲網，貼於瓶蓋挖的洞上，讓蚯蚓可以呼吸，其它蟲進不去也出不來，出不來的蟲等食物耗盡也會死，最後成為蚯蚓的食物，蚯蚓是最後的勝利者。

這也是最能觀察蚯蚓生活習性的方法，因此特別適合作為兒童教育使用。

校園綠種子

★ 工作坊：預計 6 場工作坊

課程名稱	觀察作業 / 動手做	每周次數 / 每次時間
廚餘廚餘哪裡去？	請學生回家搜集廚餘，用玻璃罐裝罐，並於下周帶到課堂上分享討論	1/3hr
廢物變寶物：堆肥的製作	一起搭建雲和堆	1/3hr
友善環境的養成	菜苗種植	1/3hr
土壤工程師：蚯蚓好幫手	蚯蚓的瓶中屋	1/3hr
蟲蟲危機：病蟲害的影響		1/3hr
可食的風景	認識香草植物、香草品茶趣	1/3hr





★實作課程：預計 14 場課程

在課程之外的後 8 週時間，安排輔導員（每週 2 次）的進入幫助學生持續在校園進行菜園的運作與維護，以永續推展校園小農園。

課程名稱	觀察作業 / 動手做	每周次數 / 每次時間
實作課程	小菜園的持續運作與管理	2/2hr



★ 預計時程

校園綠種子搖籃工作坊 (6場工作坊+16場實作)	7月	8月	9月	10月
第一梯次 (上課 7/7 - 8/17)	■	■	■	■
第二梯次 (上課 7/14 - 8/24)		■	■	■

★ 預期目標

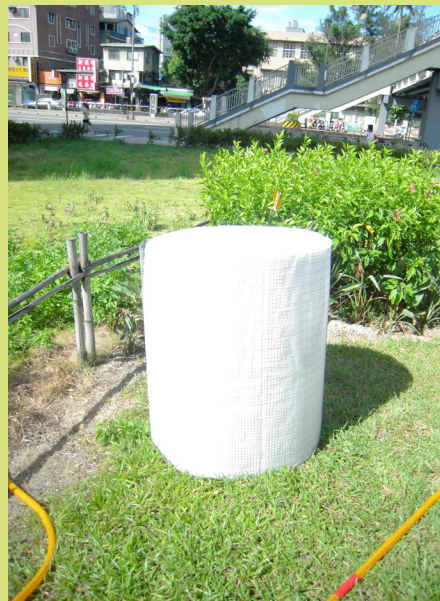
- 1、每建立一個雲和堆，便可以解決大約1,000公升的廚餘量，完成後可收到400公升的堆肥，可種植約600-1,000顆菜。
- 2、**最重要的成果是**—讓廚餘、咖啡渣、豆渣、樹枝樹葉，本來都是臺北這個城市的煩惱，成為源源不絕的天然肥料，落實從搖籃到搖籃的綠色環境教育。

校園綠種子

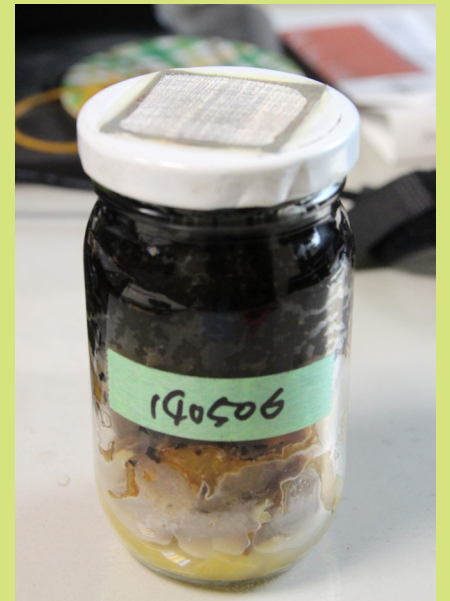
- ★預計招收人數：20人 + 3-5名有興趣參加老師和家長（之後可協助翻堆及維護菜園）
- ★年級：三到五年級學生
- ★課程時間：7-11月（可依各單位做調整）
- ★課程費用：預計800元
包含：保險費、材料費_蚯蚓實驗罐、菜苗、製作雲和堆鐵絲網、不織布編袋、不鏽鋼蒸籠*8個、小工具（鏟子、手套等）
- ★所需資源：教室（可容納40人）、小菜圃（實作、種植）



雲和堆



蒸籠蚯蚓



學生觀察蚯蚓瓶

講師名單 _ 小玩伴團隊：

由一群關心農食教育的臺大學生所組成，目前在文山區武功國小推動農食教育課程。其理念主要是希望在堂課中讓學生所學與所想的並不只是種菜，而是最重要的「人」，意即：人與人之間的關係、人與勞動的關係、人與社區之間的關係，這些關係進一步的串連如何可能？

希望透過小朋友的實作讓他們了解勞動與合作的可貴，還有食品安全的重要，透過學校這個具有地域性的節點，將這樣的觀念與選項傳達到更遠的地方，讓改變進一步成為可能。



講師名單 _ 傢傢久團隊：

傢傢久是一群對於社會創新有興趣的年輕人，觀察當代社會所面臨的許多問題，包括糧食危機、土地商品化、昂貴的托老托育成本等，便在思考一種新的生活可能。在這個幾乎所有人類需求都必須透過金錢來購買的時代，或許有另一種不需要透過金錢，而是社區內部，或是社區之間互相支援的方式來滿足，例如社區支持型農業、社區托育等。

目前在台大社會社工系館頂樓種菜，希望藉由耕種創造合作式生產和在地交換系統。



講師名單 _ 舒食埃及人文廚房：

「埃及媳婦，臺灣女兒」，淑芳老師與先生（埃及末代國王 Faruq 御廚後裔）嘗試著將許多香草香料帶給臺灣的大家認識，香草不但可增添食物的美味，味道及觸感還能靜化與療育身心。

【到心最近的距離從胃開始】，期待用味道與食物串起人跟人之間的距離。



講師名單 _ 綠色奇蹟社區規劃師團隊：

社區如何處置閒置的土地？
讓我們來種菜如何？

由一群喜歡綠色生活的社規師所組成，期待推動在大都會區裡的閒置土地來種菜，大家一起來將廢置土地變為菜園，改變社區中人們看待食物的方式。

目前在錦安里龍安圖書館開設農藝班及可食屋頂的推廣。



講師名單 _ 綠點點點點團隊：

主要以推廣綠生活為目標，主要在社區以棄物改造、廚餘堆肥、資源再生議題與社區居民一起動手體驗。推動從搖籃到搖籃的概念，製作廚餘堆肥，在家中嘗試種植蔬菜和香草，生菜生吃，自己種的最安心，省了菜錢又樂趣無窮。不僅能交流社區居民的感情，也能透過家家戶戶有綠意，創造更多生活上的可能。

