

熱情、麵包與使命：合樸幸福學

幸福是什麼？

現代人的困境，經常是以爲有了金錢，買了想要的東西，就會擁有幸福；於是努力賺錢，瘋狂消費，卻依然不快樂。

幸福是什麼？

現代人的困境：

工作、賺錢、消費...

更多工作、再賺錢、瘋狂消費...

卻一直得不到快樂？ 為什麼？



想要脫離賺錢、消費，再賺錢、消費，卻一直得不到快樂的惡性循環嗎？請加入合樸幸福學實踐行列。

報名方式：

101 年秋季班：2012/10/21（日），11/11（日），12/16（日），

- 結業典禮：2013/1/15(二)，合樸週二沙龍日
- 費用：\$1000（午餐與茶水）+ 24 小時實習（沒有提供單堂選修）
✓ 歡迎學長申請到課程複習與協助。
- 報名請洽：Maggie 0978-395115 或 04-2462-9073 合樸教育中心
- 課程內容請洽：陳孟凱 0988-374-024
- 填寫報名資料（報名表格在本文最下方） email：volunteers.hopemarket@gmail.com
- 上課地點：台中市西屯區永安二巷 2-6 號 合樸農學市集 04-2462-9073

- 招生人數：15 人。

課程引導者：

課堂：陳孟凱（合樸農學市集 召集人）

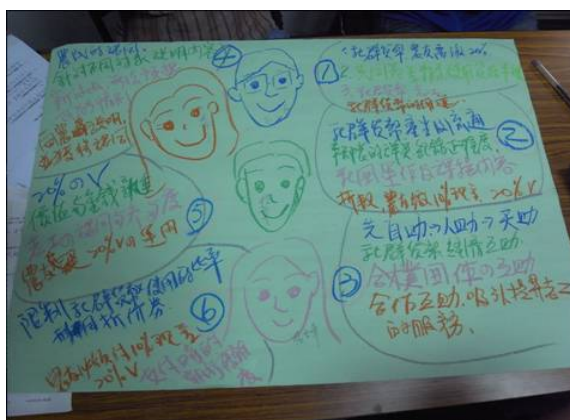
實習：市集經營部落、社區豆腐坊、台灣米部落（藏種於農）、公平貿易咖啡部落、釀造部落、大豆部落、預購取貨部落、物流部落、社群貨幣小組、公田務農部落……，以及籌備中部落（包括：捨得部落、惜福部落…）

課程介紹：

合樸幸福學是實踐與學習並重，入門課程分成三個階段：（1）幸福學導論，（2）幸福學實踐方法，（3）合樸部落運作；以一個月的時間完成每個階段課程與實習，約三個月可修習完成。

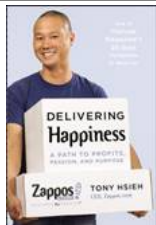
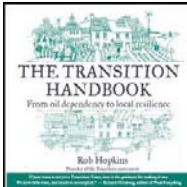
課程細分成分成十二個單元（課程與實習各六個單元），每個單元時間約四小時。實習單位包括：市集經營部落、社區豆腐坊、台灣米部落（藏種於農）、公平貿易咖啡部落、釀造部落、大豆部落、預購取貨部落、物流部落、社群貨幣小組、公田務農部落……，以及籌備中部落（包括：捨得部落…）

幸福學入門課程修習畢業，可以使用合樸社群貨幣，亦可加入成為合樸農友或部落成員，歡迎加入合樸開始和一群志同道合的好朋友，共同創造個我與群我的幸福！



合樸夥伴一起討論幸福學的實踐道路與次第（2010年六月）

合樸幸福學課程

單元	內容概要	引導者	備註
1A	幸福學導論 ✓ 課程簡介 & 合樸簡介 ✓ 合樸幸福學緣起 & 導論 個我與群我的幸福	陳孟凱	
1B	幸福學導論 ✓ 社會主流快樂路徑的風險 ✓ Getting More from Less 的幸福實踐道路	陳孟凱	
實習必修（10小時）：市集、公田與教育中心 實習選修（14小時）： 市集經營部落、台灣米部落、公平貿易咖啡部落、釀造部落、大豆部落、預購取貨部落、物流部落、社群貨幣小組、公田務農部落…… 社區豆腐坊、星期二沙龍、共同廚房、藏種於農小組 以及籌備中部落（包括：捨得部落…） 實習期間，部落負責教育訓練與帶領。			
			 人與人互動可以藉由 以（物）務易（物）務
2A	幸福實踐方法 ✓ Nice Guys Finish First: 互助合作的長久利益	陳孟凱	
2B	幸福實踐方法 ✓ Profits, Passion and Purpose: 麵包、熱情與使命的實踐次第	陳孟凱	
3A	合樸部落運作 ✓ 部落簡介 & 運作機制 ✓ 部落與合樸平台運作機制 ✓ 我與金錢；金錢的原理 ✓ 金錢與快樂的關聯	陳孟凱	

	✓ 社群貨幣簡介 & 運作機制		
3B	合樸部落運作 ✓ 幸福學進階課程概論：養成幸福的習慣 ✓ 合樸部落與小組簡介 ✓ 加入部落	陳孟凱	

修課提醒：

合樸幸福學是個我與群我的共同實踐，結合理論與實際操作，階段模組課程結束後，學員需要到合樸部落實習，邀請願意動手**實作**之夥伴：

- ✓ **教育中心教室** – 課程、示範、介紹、實體交流
- ✓ **合樸公田田間** – 務農種植實作、維護、觀察
- ✓ **合樸農友農場** – 參訪與實地體驗農業操作
- ✓ **合樸農學市集** – 認識有機農夫與消費族群，學員分享豆腐農藝成果展售
- ✓ **網路分享平台** – 學習觀察紀錄整理，線上分享交流 (www.hopemarket.net)



「*」必填欄位

*填表日： 年 月 日

*姓 名		*出生日期	年 月 日	*性別	☐ 男· ☐ 女
身份證字號		婚姻狀況	☐ 已婚 ☐ 未婚 ☐ 其他	子女	☐ 無 有____人
*住宅電話		*行動電話		公司電話	
*永久地址	☐ ☐ ☐				
*通訊地址	☐ ☐ ☐ (☐ 同永久地址)				
*e-mail & 部落格		*服務單位		職稱	
*最高學歷	☐ 高中以下 ☐ 高中 ☐ 大專 ☐ 博碩士		畢業業科系		
*介紹人	☐ 無 ☐ 有，姓名：_____		宗教信仰	☐ 佛教 ☐ 基督教 ☐ 天主教 ☐ 道教 ☐ 其他	
參與方式	☐ 從學員到志工（長期志工） ☐ 不定期志工 ☐ 市集短期認養志工				
◎請勾選您可提供之專長或有興趣培養之專長【可複選】					
經 營	☐ 企劃 ☐ 財務 ☐ 行銷 ☐ 人力資源 ☐ 會計 ☐ 管理 ☐ 其他_____				
場 地	☐ 場地規劃 ☐ 會場佈置 ☐ 水電工程 ☐ 音響通訊 ☐ 其他_____				
農夫之友	☐ 產地拜訪 ☐ 務農假期 ☐ 協助農友販賣 ☐ 參與相關部落				
美 工	☐ 海報設計 ☐ 廣告設計 ☐ 手繪 POP ☐ 軟體美編 ☐ 電腦視效剪接 ☐ 編輯刊物				
編 採	☐ 文字編輯 ☐ 翻譯____語 ☐ 文案撰寫 ☐ 採訪 ☐ 攝影 ☐ 錄影				
餐 飲	☐ 手工廚房 ☐ 公共食堂 ☐ 釀造 ☐ 食材加工（豆腐..） ☐ 其他_____				
交 通	☐ 交通指揮 ☐ 停車規劃 ☐ 活動時支援司機、車輛				
接 待	☐ 服務台 ☐ 導覽 ☐ 發問卷 ☐ 環境清潔				
電腦資訊	☐ 中英文輸入 ☐ 文書處理 ☐ 檔案管理 ☐ 程式設計 ☐ 網頁製作 ☐ 硬體與維修 ☐ Word, ☐ Excel, ☐ Access, ☐ Powerpoint, ☐ PhotoShop, ☐ Illustrator, ☐ CorelDraw, ☐ Flash, ☐ Dreamweaver, ☐ 其他_____				
其他才藝	☐ 縫紉 ☐ 手工藝品 ☐ 戲劇編導 ☐ 文康活動 ☐ 主持活動 ☐ 司儀 ☐ 書法 ☐ 日文 ☐ 英文 ☐ 其他_____				
◎請勾選將個人有興趣部落					
☐ 市集經營 ☐ 釀造 ☐ 黃豆 ☐ 預購取貨 ☐ 物流 ☐ 公平貿易咖啡 ☐ 務農 ☐ 學員志工					
☐ 社群貨幣 ☐ 惜福拼布 ☐ 捨得 ☐ 其他_____					
◎每個星期二晚上在合樸教育中心有星期二咖啡沙龍，也是志工固定聚會時間					
參 與	☐ 共同食堂 ☐ 小小市集（預購） ☐ 預購取貨 ☐ 沙龍話題 ☐ 圖書專題				
◎如何得知合樸？					
☐ 網站 ☐ 朋友介紹 ☐ 報紙雜誌 ☐ 電視 ☐ ☐ 電子報 ☐ 其他_____					
您的建議？					