

台北學苑生命教育工作坊講師資料

講師姓名	游鳳理	任教學校	台北縣立自強國小 退休
課程名稱	健康素食 DIY		
主要 資歷	<ol style="list-style-type: none"> 1. 國立台北教育大學初等教育學系 2. 曾任雙溪. 碧華. 土城. 自強國小教師 3. 95.8.1 退休 		
成 長 心 得			
<p>本性就是一個很傳統的中國婦女，期勉自己在家孝順父母公婆、相夫教子，做個賢妻良母；在學校盡心盡力做個好老師。</p> <p>參加福智全國教師生命成長營後，體會身心靈健康的重要，也有幸參加學校內的工作坊，在工作坊中和大家一起學習。退休後更有空閒，把自己的興趣——料理食譜從新整理，不同的是以前做葷食，現在改為做素食。這一年來為了準備工作坊的素食點心，在家裡先試驗，成功了再做給自強的好伙伴們品嚐，不知不覺中又多了好些工夫。想到自己以前辛苦上課一天之後又餓又累，能到工作坊一邊接受心靈的饗宴，一邊有好茶喝好點心吃，很幸福的享受，要求自己退休後略盡心力，能減輕雞婆小組們的負擔，又慰勞好同事，真是一舉數得。尤其在工作坊學了有機健康的飲食觀念，漸漸改變家人的飲食習慣，家人更健康，也是一大收穫。感恩大家讓我有這個機會學習，得到歡喜。</p>			