

# 志愿服务详情

我们欢迎新童鞋加入到 Loaded Ladle 志愿者这个大家庭的团队，参与我们有关营养膳食的具体工作，除了献出您的一份爱心、发挥您的厨艺外，还可以学到有关食材处理、烹饪、餐后清洁收拾、对外联谊等等十分有趣的工作。

若您阅读完以下内容后，有兴趣投身于我们的志愿者服务行列，请电邮：

[volunteer@loadedladle.com](mailto:volunteer@loadedladle.com)!!

## 参与在厨房里的志愿服务！

逢星期一下午 4-6 时，逢周二至周五上午 9 时-下午 3 时，我们欢迎志愿者参与到厨房里的志愿服务。我们希望志愿者能承诺参与每周一次 1 小时-3 小时不等的志愿服务轮班。

轮班具体细分为：

### 每周一次的食材预处理：

**逢星期一（4-6pm）**：这是我们的食材预处理轮班，为一周的派餐作准备，任务可能包括：切各种食材，如土豆、胡萝卜，洋葱，这里有很多的洋葱，会让您成为一个酷酷不会流眼泪的切洋葱快刀手。

### 每日派餐准备：

**逢星期二、星期三、星期四、和星期五（9-11am）**：这是为当日派餐作食材准备的轮班。任务可能包括：实操蔬菜的各种切法及切成各种花式蔬菜丝的技术，制作蛋糕糊，准备沙拉凉菜！

**逢星期二、星期三、星期四、和星期五（11-1pm）**：这是为当天派餐作最后准备的轮班。任务可能包括：烘焙蛋糕，调配沙拉酱，为菜肴出品的色、香、味调制各种调料；并做好派餐前的准备。

### 派餐及餐后收拾清理：

**逢星期二、星期三、星期四、和星期五（1-3pm）**：这是派餐及餐后收拾清理的轮班。派餐即是派发煮好的免费午餐给在厨房前排队轮候的父老乡亲们，快捷简单明了。餐后收拾清理包括帮忙清理派餐区和切配间，清洁台面，洗刷盘子，等等。餐后收拾清理，看似微不足道，但对组织的正常运作非常必要。

### **食材采购:**

如果您周中学业繁重难以抽空，但依然想参与到我们的志愿服务，您可以选择参与我们每周六早上到农贸市场采购食材的轮班。我们美味的食材大部分来自于本土的农民和小企业，您可以帮我们吧食材拉回来。如果您有车作运送食材，请告知我们，但这不是必需的。

如果以上列举的各种轮班都不合您意，您依然可以通过其他方式参与到志愿服务中去。联系我们，我们一同想出法子！

### **其他志愿服务形式:**

假如您没有更多的时间参加以上志愿服务工作，但又对我们组织及食品体系政治感兴趣的话，我们可以为您量身定做其他的志愿服务的机会:

### **咨询台:**

为了让更多人认识到我们的组织并加入我们的志愿服务团队，我们每周四于达尔豪西大学不同校区设立咨询点，向往来的群众派发组织简章及介绍组织的咨询工作。我们欢迎志愿者加入进来！如果您是一个喜欢和陌生人聊天，乐于向大众介绍我们的服务与宗旨的人，您或许会对这个机会感兴趣。

### **制作组织宣传材料:**

同样，我们欢迎志愿者帮助我们制作更多的宣传材料，胸章、海报、传单，等等！若有艺术细胞的您为我们创作了宣传材料，我们可以承担相关材料及印刷费用。或者，直接跟我们联系，我们可以告诉您我们所需的材料，再由您自由发挥！

### **手绘杂志和讲座:**

如果您对某一个食品政治或社会公平的话题很感兴趣，想要深入钻研，我们乐于提供资金，和以行动助您一臂之力，帮助您做手绘杂志和讲座等的项目。

我们可以帮您发挥您的想法，修改您的手绘杂志和讲座，搞宣传活动，和复印。我们非常乐于支持这类型的项目！

假如您对以上所列举的项目感兴趣，请电邮 [volunteer@loadedladle.com](mailto:volunteer@loadedladle.com)

**课外活动证明：**

课外活动证明是属于达尔豪西大学官方的证明，此证明认可我校学生于在校期间的课外活动的成就及相关的体验式学习。若您参与了 Loaded Ladle 的志愿服务，可得到达尔豪西大学课外活动官方证明的承认。