



當紅自助烘焙你了解了沒？

洪麗娟 製作

2018/05/06

當紅自助烘焙 你了解了沒？

簡單定義自助烘焙

一個寬敞的自助空間，
利用平板電腦教你做甜點。

先搞懂自助烘焙差在哪？

自助烘焙



平板教學



設備充足



平均費用低



初試烘焙者

烘焙教室



老師教學



設備較少



平均費用高



熱忱烘焙者

1. 電話預約

建議先預約時段，
通常假日容易客滿。

2. 選擇烘焙品項

進入店家後，
選取想要製作的甜點。

3. 結帳

結帳完成後，
就能取得平板與食材。

4. 製作甜點

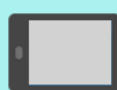
依照平板教學，
自行完成所有步驟。

5. 提問與協助

遇到任何問題，
都可以詢問店內專員。

6. 完成甜點

最後包裝甜點，
與親人、朋友分享！



就是這麼簡單！

烘焙被證實帶來的好處

增加自信心和成就感

轉移注意力能舒緩壓力

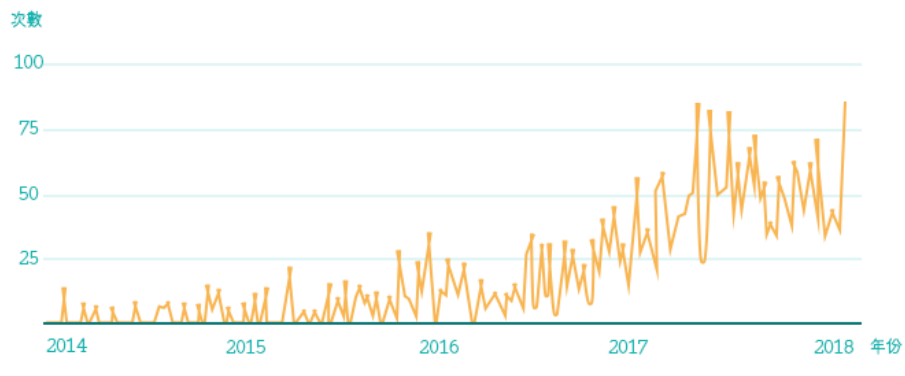
對心理治療有幫助

片刻製作可以全心投入

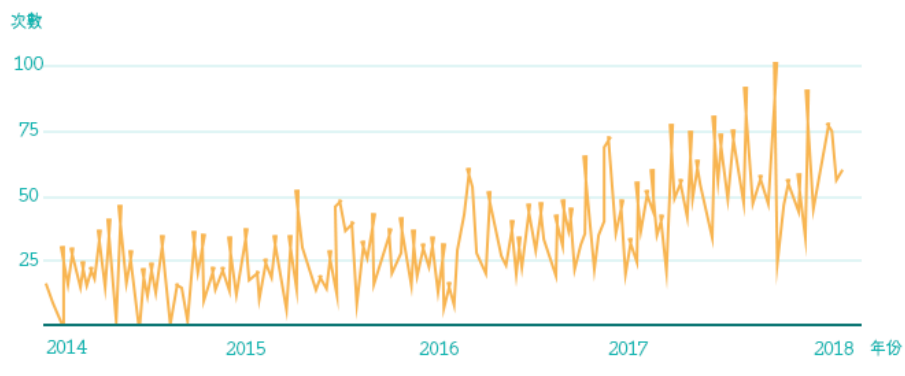
手作烘焙越來越受歡迎

烘焙品項以蛋糕為例

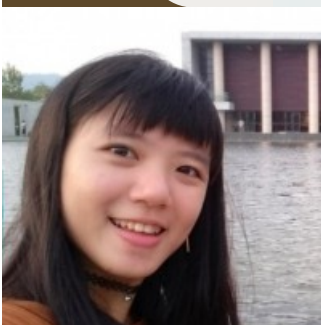
搜尋關鍵字「自己做蛋糕」的趨勢變化



搜尋關鍵字「DIY蛋糕」的趨勢變化



資料來源：[Funsiamo](#)、[British Journal of Occupational Therapy](#)、[Taylor & Francis Online](#)、[HuffPost](#)、[Google Trends](#)：自己做蛋糕、[Google Trends](#)：DIY蛋糕



記者 洪麗娟



編輯 戴淨妍

