

# 療癒養生種香草

**授課教師** 蔡以倫

**教師簡介** 淡水香草街屋主人 / 真理大學通識中心兼任講師(淡水老街新味道) / 北市文山特教學校成人教育班香草園藝老師。

**課程理念**

1. 檢視居家環境，學會無毒栽培香草。
2. 認識香草屬性，入茶、入菜，生活應用香草。
3. 應用香草精油，學習生活手作，清潔護膚，療癒養生。

**授課方式** 講解與實作並重，加強學習效果。

**課程內容**

週次	單元主題	週次	單元主題
1	課程介紹與香草口物入門	7	芳香療法-認識精油
2	秋冬香草植物繁殖	8	沐浴清潔
3	照顧香草植物	9	社區本位公共論壇
4	泡壺養生茶	10	潤膚保養
5	規劃香草花園	11	香氛舒緩
6	課程介紹與香草植物入門	12	淡水漢人街區文化導覽

**學員條件** 對香草栽培應用有興趣者，無須植物栽培基礎。

**招生人數** 15人為上限。

**學分費** 2學分，2000元。

**材料費** 800元。