

課程名稱 | ★植感森活-身心悠活

課程屬性 生命與健康

課程編號 1122-1122H18

授課老師 鄒佳芳（及李武昌等老師）

最高學歷/ 長榮大學 大眾傳播學系

相關學經歷/ 1. 臺灣園藝輔助治療協會、亞太國際園藝治療協會認證註冊園藝治療師
2. 衛生福利部「預防及延緩失能照護方案」/ 樂智據點 帶領老師
3. 國中小高關懷與特殊兒園療課程規劃與執行
4. 弘福協會暨 學甲/北門/新市日照中心 園藝治療課程規劃與執行
5. 伊甸基金會自閉症情緒成長團體園療與藝術陪伴課程規劃與執行
6. 台南市政府觀光旅遊局/ 新化虎頭埤導覽志工
7. 日式和諧粉彩正指導師

現職/ 冉冉園藝治療工作室 園藝治療師

上課時間 每週二下午02:00-04:00 第一次上課日期 2023年11月21日（星期二）

課程理念



關於這一門課：

1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

人過了中年，開始想像自己的人生下半場。

在人生壯年期、退休後、空巢時，你想過怎麼樣的生活呢？想逆齡、健康、築夢、自我實現的想像！

人生上半場，我們經歷念書、考試、工作、照顧父母和孩子，人生精華在此呈現；人生下半場，我們注意健康、情感到自我理想實踐，一段很棒的下半場旅程等著我們，如何過得充實？如何規畫自己精彩的下半場旅程？

1. 認識香料與在地香草，運用五感享受植物的美好
2. 將香料與香草入茶與點心，讓其成為餐桌上的天然調味品
3. 認識校園植物，同時製作苔玉，一株成為家裡的綠色陪伴，一株作為妝點校園的藝術品

2. 修此門課需具備什麼條件？

喜歡花草樹木的你，透過植物與手作來讓自己在繁忙的生活中沉靜，在彼此陪伴中為自己充電。

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？ □

1. 在講述中認識香料與香草
2. 認識清淨空氣的植物，同時認識如何照顧苔玉
3. 在集體創作中，為校園增添一處綠意

4. 如何取得學分？（評量方式）

課程參與度

5. 備註&推薦書目

材料費200元(當天繳交給老師)

課程進行:

●學員自備

1. 環保杯
2. 剪刀
3. 回收袋子裝回植物 (約可裝四吋盆大小)

●當天繳交180元材料費(原來設定收200元 11/14公告修改)

材料費包含-香料、香草、植物、土、水苔、裝飾物

112/11/14課程調整說明

1. 因考量日照時間和戶外蚊蟲狀況，三堂課調整為二堂課(戶外茶席取消)。
2. 原三堂課6小時收費為700元，調整為二堂課4.5小時500元。
3. 原材料費200元，調整為180元。
4. 以上已報名的學員於11/21第一堂統一退學分費差額。

教材費 | 200 元

招生人數 | 20 人 (若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。)

學分收費 | 0 學分 500 元 (2 週課程/一次上課 2 小時)

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2023-11-21 下午02:00~04:00	森活開展- 植想照顧您 2:00-4:20	2:00-2:30 大成篤行樓綠屋頂天空教室/李武昌老師導覽 2:30-4:20 到301教室 鄒佳芳老師帶領 <園藝療癒>植感香囊 透過在地香草與香料、帶領學員五感體驗， 並製作植感香囊，將植物的香氣「袋」回家 泡一壺香草茶，我們一同靜心聞香
2	2023-11-28 下午02:00~04:00	森活共好-植感相 伴2:00-4:00	認識校園植物，帶回一株綠色陪伴，同時運用校園植物一起創作與布置校園一樓的展出空間 (集體創作將留在此布展空間)