

課程名稱 | ★3/26週六植感森活-身心悠活

課程屬性 | 生命與健康

課程編號 | 1111-1111H39

授課老師 | 鄒佳芳

最高學歷/ 長榮大學 大眾傳播學系

相關學經歷/ 1. 台南市政府觀光旅遊局/ 新化虎頭埤導覽志工
2. 衛生福利部「預防及延緩失能照護方案」帶領老師

現職/ 園藝輔助治療師

上課時間 | 每週六整天 第一次上課日期 2022年03月26日（星期六）

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

1. 走讀東寧公園、找屬於自己的陪伴樹、畫樹(用個人工具) - 連結公園與自己
2. 撿拾落葉、結合苔玉創作微山水 - 利用公園落葉裝點置放苔玉的盆器(盆器自備), 創造公園意象；苔玉象徵公園的陪伴樹，陪自己回家
3. 製作倒流香 (煙瀑流水的意象) / 介紹並製作艾草香錐, 結合上午的微山水，成為家中一處自然微景觀

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；同時，藉由創作煙瀑微山水，為家中布置一個可以放鬆的自然微景觀~ 讓我們把大自然帶回家。

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

1. 透過走讀與五感來連結公園花草樹木
2. 講師將透過說明與手作帶領，介紹生活中可以淨化空氣的植物
3. 認識在地香草 - 艾草與製香，藉由艾草特殊香氣製作香錐，透過薰香讓自己沉澱心情
4. 透過走讀公園的紓壓，創作一組連結公園的煙瀑微山水，即使無法時時走入公園，也能在家中創造一處讓自己放鬆的自然景觀

4. 如何取得學分？（評量方式）

一同走讀公園、並認識室內淨化空氣的植物與製香文化；並一起手作苔玉、製作香錐，並完成煙瀑微山水的創作

5. 備註&推薦書目

材料費120元(當天繳交給老師)

教材費 | 120 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 450 元（1 週課程/一次上課 5 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2022-03-26 整天	植感森活- 身心悠活	早上 9:00-11:30 1. 走讀東興公園、尋找屬於自己的陪伴樹、畫樹(用個人工具) - 連結公園與自己 2. 撿拾落葉、結合苔玉創作微山水 -