

青少年生涯探索號計畫 海嘯系列-「香氣陪伴」社團課

一、大家好，我們是臺東縣政府學生輔導諮商中心的「青少年生涯探索號計畫」，我們計劃服務 15-18 歲對於未來生涯感到迷茫的青少年們，有專屬的輔導員還有多元豐富的探索課程，歡迎有緣的青少年們一起來用力玩、用力學、用力探索自己。

這次為大家帶來的課程，是為期六次的【香氣陪伴社團課】，我們找了兩位溫柔美麗的芳香療法講師，為大家設計兼顧學習與享受、實用性高的芳療課程，希望大家一同來學習如何用香味照顧與保養自己、美化環境、也一道認識芳療師到底是一個怎麼樣的職業。

- 二、參加對象：青少年生涯探索號開案學員、追蹤青少年及有意認識青探號服務的青少年，每次限 10 位(青探號學員優先)。
- 三、時間：於 111 年 11 月 9 日至 111 年 12 月 14 日，每週三下午 14:00-17:00，辦理 6 場，每次 3 小時。
- 四、地點：天主教善牧社會福利基金會台東中心三樓團體室。
- 五、講座：彭春連、張介蕙芳療師。
- 六、聯絡人：潘柏鈞、向有甯輔導員(089-323756)
- 七、報名網址：

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe0kM31Am9gbSeqsy2iCUv9rpybVpWAhGEjFwlqBuAqKFKLQg/viewform>



線上報名 QR code

名額有限 盡快報名



八、課程安排

6 堂香氣陪伴課程-用香氣找回屬於自己的力量

日期	NO	講師	主題	課程內容
11/9	1	張介蕙	淺談芳療	何謂芳療+認識數支常見單方精油 介紹按摩油+自我保養
	2	彭春連	肩頸按摩	實際操練坐姿肩頸頭按摩 紓壓放鬆 + 按摩手法增能 *芳香小物: 身心放鬆按摩油 10ml
11/16	1	彭春連	情緒航線	以芳療和筋絡的角度，淺談情緒與身體之間的關聯。
	2	張介蕙	香氣魔法油	你知道原來精油也能招來愛情和財運嗎? 讓我們一起進入魔法的世界，製作屬於自己的專屬 Lucky 滾珠吧! *芳香小物: 隨身香氣滾珠棒 10ml
11/23	1	張介蕙	精油植物人格	用擬人化的方式來認識各種植物的脾氣~探索自己是屬於哪種植物性格。
	2	彭春連	環保香氛蠟燭 DIY	選用環保大豆蠟和天然精油，帶領每位同學動手做蠟燭，用滿室芬芳帶來充滿回憶的療癒時光。 *芳香小物: 精油蠟燭
11/30	1	張介蕙	內在孩童	乘著時光機，帶大家回到孩童時期，那時的我們有著什麼樣的回憶呢? 讓我們帶著香氣的力量，撫慰心裡的孩子~
	2	彭春連	芳香擴香石 創意 DIY	孩子的創意無限，各種可愛形狀的擴香石，滴上不同的香氣，陪伴我們度過在書桌或是床頭的時光。 *芳香小物: 芳香擴香石
12/7	1	張介蕙	認識純露	何謂純露 + 品嚐幾種天然純露 放鬆眼壓的敷眼體驗 + 純露的多元用途
	2	彭春連	芳療保養美容 微彩妝教學	社會新鮮人的第一步就是形象塑造，這堂課讓春連老師帶大家變得更美麗吧!
12/14	1	張介蕙	認識香草植物	親手觸摸香草植物，嗅聞到葉片上的香氣所帶來的鮮活印象，更能烙印在腦海裡，與記憶產生連結。
	2	彭春連	花葉曼陀羅	曼陀羅的對稱圖案象徵了和諧平等與心靈重生的能量，用植物花草排列出各種不同形狀，實際體驗綠色療癒力。