

臺北市私立滬江高級中學 111 學年度第二學期社團簡介

社團名稱：香氛芳療社

授課老師：王宣閔 老師

社團相關圖片



社團簡介	<p>精油，是一種從天然植物中萃取出來的芳香物質，存在於植物的花、葉、莖、根或果實中，是植物最純粹的精華，因此又被稱為西方的草藥。其功效包含舒緩情緒、振奮精神等偏向心理層面用途，有些特定的精油也可以應在在日常生活中，作為空間淨化、居家清潔的用途。</p> <p>近幾年，多數人在追求天然養生的主流趨勢下，「芳香療法 (Aromatherapy)，簡稱芳療」極為盛行。芳療可以說是一種自然療法，是藉由精油等植物所提供的天然能量，來達到舒緩壓力、增進身心靈健康與保健的目的。</p>
課程規劃	<ol style="list-style-type: none">1. 認識精油2. 調配個人精油3. 芳香療法
預定收費	無
收費說明	無
其他補充說明	無