

奧萬大自然教育中心—森活好放鬆

奧萬大國家森林遊樂區位於海拔 1200 公尺，適合夏天前往的避暑勝地，鄰近有 3 個不同的原住民族群，創造多元且豐富的文化。在園區內的瀑布群，讓您放鬆享受森林浴，消除炎炎暑氣。奧萬大自然教育中心為民眾，安排一趟結合舒壓、健康之旅，讓更多民眾親近森林，體驗森林三寶~芬多精、負離子及活氧的功效，將於 9 月 15 日、9 月 16 日辦理「森活好放鬆」活動，內容包含五感體驗森林、走訪奧萬大瀑布、手作植物創意、認識原住民文化。

◆ 活動內含：

【門票】奧萬大國家森林遊樂區門票

【課程】9/15 瀑布區深呼吸放鬆之旅、手作植物創意 DIY。

9/16 瀑布區深呼吸放鬆之旅、原住民部落創意 DIY。

【餐點】午餐需自理，可以自備午餐，或是至園區楓紅餐廳用餐。

◆ 活動對象：一般大眾，人數上限為 20 人。

◆ 活動日程：107 年 9 月 15 日、9 月 16 日(兩個單日型)

◆ 107/09/15 (六)

時間	活動名稱	活動內容	地點
09:30-10:00	報到		自然教育中心 多功能教室
10:00-10:10	環境人員介紹	人員介紹	自然教育中心 多功能教室
10:10-12:00	健康樂活瀑布遊	森林裡充滿綠色植物及孕育生命不可或缺的溪流，輕鬆來一趟健康的瀑布區之旅。	瀑布區步道
12:00-13:00	森林午餐	享用自備的午餐	自然教育中心
13:00-14:30	植物藍曬創作	介紹植物藍曬的歷史，並創作屬於自己的植物藍曬作品。	自然教育中心 多功能教室
14:30-16:00	手心相印愛地球	帶您認識奧萬大獨特的動植物，透過創意，親手印製獨特隨身環保袋。	自然教育中心 多功能教室
15:30-16:00	問卷與回饋	問卷及心得分享	自然教育中心 多功能教室
16:00-	自由活動時間 賦歸		

107/09/16 (日)

時間	活動名稱	活動內容	地點
09:30-10:00	報到		自然教育中心 多功能教室
10:00-10:10	環境人員介紹	人員介紹	自然教育中心 多功能教室
10:10-12:00	健康樂活瀑布遊	森林裡充滿綠色植物及孕育生命不可或缺的溪流，輕鬆來一趟健康的瀑布區之旅。	瀑布區步道
12:00-13:00	森林午餐	享用自備的午餐	自然教育中心
13:00-14:30	原民紙藝創作	介紹奧萬大附近的原住民部落，透過紙藝呈現原民風采。	自然教育中心 多功能教室
14:30-16:00	原民石頭彩繪 DIY	透過創意在石頭上繪出獨一無二的原民文化特色臉蛋。	自然教育中心 多功能教室
15:30-16:00	問卷與回饋	問卷及心得分享	自然教育中心 多功能教室
16:00-	自由活動時間 賦歸		

- ◆ 報名網址：<http://Nc.forest.gov.tw/AWD>
- ◆ 洽詢電話：049-2974499
- ◆ 活動費用：**350 元**/人(含門票保險、課程及材料費用、自然創作)

採事先報名，於活動報到時現場繳費。